

مكتبة الحياة
عاطف عمارة
اختبارات حول الذكاء
هل أنت ذكي ؟!
هل أنت ناجح ؟!
هل تستطيع حل مشاكلك ؟!
٢٥ اختبار حول الذكاء والميول وقوة الملاحظة والبديهة
والفهم والقدرات واختبارات أخرى

مكتبة الحياة

عاطف عمارة

اختبارات حول الذكاء
هل أنت ذكي ؟!
هل أنت ناجح ؟!
هل تستطيع حل مشاكلك ؟!

الناشر
المكتب العربى للمعارف

اسم السلسلة : مكتبة الحياة
اسم الكتاب : اختبارات حول الذكاء
اسم المؤلف: عاطف عمارة
تصميم الغلاف : محمود حمدي

المكتب العربي للمعارف
١٠ شارع الفريق محمد رشاد حسن - خلف عمر أفندي -
ميدان الحجاز - مصر الجديدة - القاهرة
تلفون : ٦٢٣٧١٧٣ فاكس ٦٢٢٥١٢٨
بريد ألكتروني : Malghaly@yahoo.com

الطبعة الثانية ٢٠٠٨

عمارة ، عاطف
اختبارات حول الذكاء /هل أنت ذكي؟ هل أنت ناجح؟ عشرة اختبارات لتكتشف ذلك / عاطف عمارة . - ط١ .- القاهرة : المكتب العربي للمعارف ، [٢٠٠٨]
١٢٠ص ؛ ١٧×٢٤سم .
تدمك ٩ ٥٤٨ ٢٧٦ ٩٧٧

١-الاختبارات الشخصية
٢-اختبارات الذكاء
أ . العنوان
١٥٥,٢٨

رقم الإيداع : ٢٠٠٨/١٠٤١٥
الترقيم الدولى: I.S.B.N 977-276-548-9

" إننى أجد نفسى غير قادر على الاستكانة إلى مصيرى المقــرر لى ، ومجروحا فى صميم شعورى بسبب رفض الإنصاف ، أتجنــب تكييف حياتى مع الشروط التافهة لكل حياة فى هذه الدنيا ".

[أندريه بريتون]

مقدمة

شخصية الإنسان هى ذلك البناء الفريد الـذى تتمحـور حولـه الدراسات النفسية .

ومنذ قديم الزمن شغلت هذه الدراسات أذهان النـاس عمومـا، والعلماء خصوصا، ومع ذلك ظل الإنسان نفسه هو اللغز المحير الذى طالما شغل الأذهان وسعت النفوس من أجل كشف طلاسمه والوقوف على عوارض أسراره وخفاياه ، فالعالم الداخلى للإنسان تحكمه شبكة معقدة من الوظائف النفسية المتداخلة والمتكاملة والتـى تشـكل فـى مجموعها ملامح الشخصية الإنسانية .

لكن ما هى هذه الشخصية التى ولع العامة والخاصة بالبحث فى أسرارها ؟

يقول الدكتور " مصطفى سويف " فى كتابـه " علـم الـنفس الحديث " : أن علماء النفس يتحدثون عن الشخصية بوصفها النظـام الأساسى الذى يؤلف بين مجموعة من الوظائف النفسية ويجعلها تعمل معا بأساليب متباينة تختلف اختلافا ملحوظا من شخص إلى آخـر، أو هى على أقل تقدير تختلف من فئة من الأشخاص إلى فئة أخرى، ومن العملاء من يكرسون جهودهم لدراسة وظيفة نفسية واحدة أو عدد من الوظائف النفسية، وهدفهم هو الكشف عن القوانين الأساسية لعمل هذه الوظائف . دون أن يمتد بهم البحث إلى مسألة تنظيم هذه الوظائف أو خصائص البناء الذى يضمنها ويؤلف بينها : (الشخصية).

ومنهم من تشغل أذهانهم منذ البداية مسألة نظام العلاقات القائمة بين الوظائف .

وتنظيم الوظائف النفسية أمر تختص به الشخصـية ، بـل أن الشخصية هى البناء القائم بتنظيم هـذه الوظـائف والتـأليف بينهـا، وللعلماء أربع طرق رئيسية لدراسة الشخصية:

إحدى هذه الطرق هى "الأساس" والباقى يقوم على هذا الأساس ، أما الطريقة الأولى فهى المعروفة باسم " التحليل العاملى لبناء الشخصية". وتنتهى عادة بتحديد عدد قليل مما يسمى بعوامل الشخصية أو أبعادها الأساسية، وتحديد شكل العلاقة المستقرة بين هذه الأبعاد ..

ويمكن للقارئ أن يتصور حصيلة هذه الدراسة على أنها الوصول إلى ما يمكن تسميته بالخطة الهندسية أو التصميم الهندسى الأساسي الذى تقوم عليه الشخصية، وفى هذه الطريقة يقوم الباحث بدراسة ارتقائية يتتبع خلالها أثر عمليات النمو والاكتساب فى أحد عوامل الشخصية ، أى فى جانب واحد من جوانب التنظيم، أو فى عدد من هذه العوامل . أو فى طراز التنظيم إجمالا ، فيحاول أن يتتبع موضوعه .. وليكن مثلا عامل " المثابرة"، وهو من العوامل التى أمكن بالفعل تحديدها بدقة عن طريق تحديد مظاهر السلوك التى تنتظم حولها والأوزان النسبية لكل من هذه المظاهر فى تحديد معالم هذا العامل .

ويتتبع الباحث معالم هذه السمة فى مختلف مراحل العمر موضعا كيف يتغير شكلها ، أو كيف تتغير الأوزان بالنسبة لمكوناتها، وتتغير علاقاتها بالبقية الباقية من سمات الشخصية وعواملها الأخرى، ليصل فى النهاية إلى تحديد دقيق لعلاقة العمر بالخصائص الكمية لنظام الشخصية .

أما الطريقتان الثانية والثالثة فيجتمعان معا تحت اسم "الدراسات الشبكية للشخصية ".. وذلك ، نسبة إلى أن الباحث ينظر –هنا– إلى الشخصية من خلال شبكة العلاقات التى تكتنفها فى اللحظة الراهنة .

وفى إحدى الطريقتين ، يهتم الباحث بالكشف عن مدى تأثر الشخصية –أو أحد عواملها أو طراز بنائها– بالتغيرات العضوية التى تطرأ على البيئة الداخلية للفرد، كالتغيرات فى كيمياء الدم أو التغيرات

المؤقتة التى تصيب مواضع معينة فى الجهاز العصبى المركزى نتيجة لتناول الفرد بعض العقاقير المنبهة أو المخدرة.. إلخ .

ويقوم الباحث فى الطريقة الثانية بدراسة مدى تأثر الشخصية بمؤثرات البيئة الاجتماعية، متتبعا هذه المؤثرات في دوائرها المتفاوتة الاتساع ابتداء من أضيق الدوائر -دائرة الأسرة بمعناها المحدود- وما كان على شاكلتها، حتى دائرة الإطار الحضارى الذى يضم هذا الفرد ومجتمعه ضمن عدة مجتمعات أخرى متشابهة .

وأيا كانت الطريقة المتبعة فى دراسة الشخصية ؛ فإن هناك مجموع من الأدوات والوسائل المنهجية التى يستخدمها العلماء فى البحث، وأهمها وسائل جمع المعلومات عن الشخصية -موضوع البحث- ومن هذه الوسائل : المقاييس والاختبارات . وهى وسائل مصممة وفقا لشروط وقواعد وقوانين دقيقة.

والغرض منه هو جمع المعلومات عن الشخصية عموما، أو الكشف عن إحدى جوانبها أو سماتها ، ولذلك كثرت المقاييس والاختبارات وتعددت وتنوعت بتنوع واختلاف الهدف منها ، وسوف يرى القارئ مدى تنوع هذه الاختبارات والمقاييس ابتداء من اختبارات الذكاء ومرورًا بالميول والقيم والاتجاهات ومقاييس رد الفعل " الاستجابة المباشرة ".. حتى اختبارات الطبع والميول المهنية والاختبارات الخاصة بالقدرة على التواصل مع الآخرين، واختبارات القدرة على حل المشاكل وغيرها من الاختبارات المتنوعة التى حرصنا على تقديمها فى هذا الكتاب ليصبح وإن فاته قصب السبق فى هذا الميدان من الكتب المتميزة الوافية فى هذا الباب.

عاطف عمارة

* اختبارات الشخصية

أدرك علماء النفس، كما هى الحال فى العلوم الأخـرى، أهميـة الاختبارات والمقاييس كوسائل للحصول علـى المعلومـات النفسـية اللازمة لدراسة الشخصية ، فلابد لكل علم من مصـادر للمعلومـات ووسائل البحث .

ولهذا ، عكف العلماء ومنذ بداية القرن الحالى علـى ابتكـار الاختبارات والمقاييس النفسية كالأدوات المقننة التى يمكن بها قيـاس أوجه السلوك المختلفة، بصورة علمية .. فكثرت وتعددت الاختبارات والمقاييس وأصبح من الممكن قياس العديد بـل معظـم الخصـائص النفسية للفرد[1] .

ففي العقد الأول من هذا القرن بـدأ وضـع البـذور الأولـى للاختبارات النفسية، وفى العقد الثانى كان الذكاء هو الخاصية الوحيدة التى يمكن قياسها موضوعيا، وفى العقد الثالث أصبح مـن الممكـن قياس بعض القدرات، وفى العقد الرابع أضيف قياس الاتجاهات، وفى العقد الخامس أمكن قياس الشخصية، وبعـد ذلـك كثـرت وتنوعـت الاختبارات والمقاييس واستخدمت الأجهزة فى هذا الصدد.

ولا شك فى أن الاختبارات والمقاييس تُعد من أهم وسائل جمـع المعلومات التى يلجأ إليها العلماء، والقياس النفسـى يتطلـب الدقـة والتحديد للقيم الكمية التى تقدر بها الصـفات وتتخـذ أساسـا للحكـم والمقارنة. ويكون للقياس وحدات معيارية . وبدون القياس نجد أنفسنا نعالج مجموعة من العموميات ليس إلا .

ومما يوضح أهمية الاختبارات والمقـاييس أنـه أصـبح لهـا مؤسسات ووكالات خاصة عملها إنشـاء وتقنـين ونشـر وتوزيـع الاختبارات والمقاييس والأجهزة النفسية فى أنحاء العالم .

---

[1] التوجيه والإرشاد النفسى : د/ حامد عبد السلام زهران ، عالم الكتب ، ١٩٧٧، ص٢١٣، ٢٤٠.

وتخضع الاختبارات والمقاييس النفسية الجيدة لشروط.. أهمها: الصدق، والثبات، والتقنين، والموضوعية، وإظهار الفروق الفردية، وسهولة الاستخدام، والتعدد، والاعتدال، وتحديد الهدف، والتجريب المبدئى للاختبار، وغير ذلك من الشروط الخاصة بالتقنين والتجريب الاختبارى .

* مميزات الاختبارات والمقاييس :

تتميز الاختبارات والمقاييس النفسية بما يلى :

- تُعد أسرع وأوضح من غيرها من الوسائل المستخدمة فى الكشف عن الشخصية.
- تُعد أكثر موضوعية إذا قورنت بغيرها من الوسائل الأخرى.
- تعطى تقديرًا كميا وكيفيا معياريا للشخصية وقدراتها واستعداداتها ونقاط قوتها وضعفها مما يساعد فى تحديد التشخيص.
- تُعد وسيلة اقتصادية إذا قورنت بالوسائل الأخرى .
- تمهد لاستخدام وسائل أخرى مثل المقابلة ومؤتمرات الحالة وغيرها .
- تُعد وسيلة فعالة فى التقييم والتصنيف والاختيار واتخاذ القرارات والتنبؤ المبنى على معلومات كمية أكثر صدقا وثباتا من التقديرات الكيفية.
- يمكن استخدامها فى قياس مدى التقدم أو التغير الذى طرأ على الشخصية عند إعادة إجرائها.
- تستخدم فى الإرشاد النفسى -أثناء إجراء العميل لها- ويستطيع المرشد ملاحظة سلوك العميل ومدى إقباله عليها أو رفضها وتركه بعض الفقرات.. إلخ ، ولهذا أهمية خاصة فى عملية الإرشاد .

* عيوب الاختبارات والمقاييس :

رغم مميزات الاختبارات والمقاييس ، فإن لها بعض العيوب .. نذكر منها ما يلى :

- بعض الخصائص النفسية التى تقيسها بعض الاختبارات والمقاييس حتى الآن لا يزال غير واضح وغير محدد .
- قد تعطى صفات للأفراد تظل ملائمة لهم مما قد يحدث ضررًا (أثر ضار) وخاصة فى الوضع الاجتماعى فيما بعد .
- قد تطغى على غيرها من الوسائل ويستغنى بها المرشد عن غيرها، فتقلل من إمكانيات الاتصال الأخرى المطلوبة فى عملية الإرشاد، وتضع فرصة الحصول على معلومات يصعب التوصل إليها باستخدام الاختبارات والمقاييس .
- قد يكون بها بعض أوجه القصور فى إنشائها وتقنينها .
- قد يساء تفسير الدرجات ويعتقد البعض أن الرقم له معنى محدد يختلف عن معناه الحقيقى وهو كونه معبرًا عن مدى درجات وليس درجة واحدة أو نقطة محددة على مقياس .
- قد ينبهر بعض الإحصائيين بها ويعتقدون أنها غاية المراد ، ويجرونها كهدف فى حد ذاتها أو بطريقة روتينية وبدون هدف .

* أنواع الاختبارات :

هناك أنواع كثيرة ومختلفة من الاختبارات والمقاييس، الهدف منها قياس واختبار الشخصية ككل، أو جانب من جوانبها، فهناك مثلا اختبارات الذكاء بأنواعها المختلفة، واختبارات الشخصية، واختبارات الميول، واختبارات الاتجاهات، ثم اختبارات القيم، واختبارات القدرات، واختبارات التوافق النفسى، واختبارات التحصيل الدراسى بأنواعها الشخصية والتنبؤية والتدريبية ، واختبارات الإرشاد النفسى، واختبارات القدرات العقلية والاستعدادات .

فاختبارات ومقاييس الذكاء بأنواعها تختلف من حيث المادة ومن حيث الأداء ، ومقاييس الشخصية واختباراتها كذلك تتنوع وتتعدد فتشمل الاستفتاءات ومقاييس التقدير والاختبارات الإسقاطية .

*** اختبارات القدرات والاستعدادات :**

هناك الكثير من هذه الاختبارات والمقاييس بقياس القدرات والاستعدادات وأشهرها:

- اختبار القدرة اللغوية " المعالجة الذهنية للحمل " : يناسب الأعمار من ١٨-٢٨ سنة .
- اختبار القدرة الكتابية " تصنيف الأسماء " : يناسب الأعمار من ١٨ - ٢٨ سنة.
- اختبار القدرة الكتابية " تصنيف الأعداد " : يناسب الأعمار من ١٨ - ٢٨ سنة.
- اختبار القدرة الفنية للمصورين والرسامين : (بطريقة تكميل الأشكال والصور).
- اختبار " سيشور " للقدرة الموسيقية : ويقيس المواهب الموسيقية والقدرة على التمييز الصوتى من حيث حدة النغمات وشدتها والتوقيت وذاكرة الأنغام والإيقاع .
- اختبار السرعة والدقة .
- اختبار " تورنس " للتفكير الابتكارى: ويشمل اختبارات الأشكال (التفكير الابتكارى باستخدام الصور). واختبارات الالفاظ (التفكير الابتكارى باستخدام الكلمات) ولكل منها صورتان أ ، ب . وتناسب جميع مراحل التعليم من الابتدائى إلى التعليم العالى .

*** اختبارات الميول :**

أنواعها كثيرة ومتنوعة أيضا .. لكن أشهرها هو :

- اختبار "سترونج" للميول المهنية للرجال . ومثلـــه للنســـاء، ويناسب الأعمار من سن ١٧ فما فوق .

- اختبار " كيودر " للميول المهنية : ويقيس الميـــل الخلـــوى ، والميكانيكى ، والحسابى ، والعلمى ، والإقناعى ، والفنى ، والأدبى ، والموسيقى ، والكتابى ، والميل إلى الخدمة العامة .

*** اختبارات القيم :**

أنواعها وأمثلتها كثيرة ، لكننا نكتفى بذكر أشهرها وهو :

- اختبار" ألبورت وفرنون ولنذرى ": ويقـــيس القـــيم النظريـــة والاقتصادية ، والجمالية ، والاجتماعية ، والسياسية ، ثـــم الدينيـــة .. ويصلح للشباب الجامعى .

*** اختبارات الاتجاهات :**

أنواعها وأمثلتها أيضا كثيرة .. لكن أهمها :

- اختبار " ليديا جاكسون " للاتجاهات العائلية ، وهو اختبـــار إسقاطى مكون من سبع بطاقات مصورة مقننة تمثل كل منهـــا موقفـــا عائليا، تستعمل لدراسة ما يعانيه الأطفال من صراعات داخلية تنشـــأ بسبب العلاقات العائلية .. وهذا الاختبار مناسب للأعمار مـــن ٦-١٢ سنة .

*** اختبارات التشخيص :**

له أنواع عديدة مختلفة .. لكن أشهرها :

- اختبار "منيسوتا" للشخصية المتعددة : وضـــعه " هاثـــاوى " و"ماكيلى" ويقيس : توهم المرض ، الانقباض ، الهستريا ، الانحراف السيكوبات، الذكورة - الأنوثة ، الهذاء " البارنويا " ، الســـيكا ثينيـــا، الفصام ، الهوس، الانطواء الاجتماعى ، وهذا الاختبار يناسب الكبار .

– اختبار "متنكر وتومان" للشخصية السوية : ويقيس النقد الذاتى ونقصه ، والاتجاه نحو المجتمع أو ضده ، والانبساط و الانطواء، والعصابية، والهوس، والاكتئاب ، والفصام ، والبارنويا ، وثبات عمل الجهاز العصبى التلقائى أو عدمه .

– اختبار الجشطلت البصرى والحركى : المعروف باسم اختبار "بندر جشطلت"، من وضع " لوريتا بندر" ويكشف عن الشخصية واضطراباتها النفسية والعضوية فى المخ ، ويعطى دلالات أكلينيكية عن الشلل الجنونى العام ، والفصام ، وذهان الهوس والاكتئاب، والضعف العقلى ، والعصاب ، وادعاء المرض .

* اختبارات الشخصية :

وهى اختبارات متنوعة منها ما يقيس السمات العامة للشخصية، ومنها الاختبارات الإسقاطية لقياس الاتجاهات ، أو القدرات..إلخ. أى أن منها ما يقيس الشخصية ككل ومنها ما يقيس بعض جوانبها .. وأشهرها :

– اختبار " روجرز " لقياس ودراسة شخصية الأطفال الذكور : ويقيس الشعور بالنقص ، وسوء التوافق الاجتماعى ، وسوء التوافق العائلى، ويناسب الأعمار من ٩-١٦ سنة .

– اختبار " روجرز " لقياس ودراسة شخصية الأطفال البنات: ويقوم بوظيفة الاختبار الأول ويناسب نفس المرحلة العمرية .

– اختبار " كاتل " لقياس عوامل الشخصية للراشدين. وهذه الاختبارات (أمثلة) للاختبارات الموجهة لقياس سمات الشخصية .

– اختبار " برزويتر " للشخصية : يقيس الميل العصابى ، والاكتفاء الذاتى، والانطواء – الانبساط، والسيطرة للخضوع ، والثقة بالنفس ، والمشاركة الاجتماعية .. ويناسب المرحلتين الثانوية والجامعية .

- اختبار " جسنس " للشخصية : (للشباب) ويقيس : سوء التوافق الاجتماعى، واتجاه القيم للتدهور، وتأخر النضج، والنظرة العقلية الذاتية أو الاجترار العقلى، والاغتراب، وإظهار العدوان، والانسحاب الانعزالى، والقلق الاجتماعى، والكبت، والإنكار، والاجتماعية .

- قائمة " إيزيك " الشخصية : تقيس الانبساط، الانطواء ، والعصابية .

- اختبار " روشاخ " للشخصية : وهو الاختبار الشهير لبقع الحبر، وهو اختبار إسقاطى، مكون من عشر بطاقات عليها أشكال معينة مكونة من بقع الحبر، ويصلح لجميع الأعمار، ويقس الشخصية ككل : القدرة العقلية، الإبداع ، المثابرة ، الذات، الانبساط، الانطواء ، قوة الشخصية، ضعف الشخصية ، التقمص ، الانفعال ، الإيجابية – السلبية ، النشاط– الخمول ، العدوان ، التوافق النفسى ، التطبيع الاجتماعى، أهداف الحياة ، العصاب ، الذهان ، الإصابات العضوية فى المخ ، الجنس ، الصدمات .

- اختبار "ساكس" لتكملة الجمل : وهو أيضا من الاختبارات الإسقاطية ويقيس الاتجاهات الأساسية للشخصية فى أربعة جوانب أساسية هى :

- الاتجاه نحو الأسرة "الاتجاه نحو الجنس" الاتجاه نحو العلاقات الاجتماعية ، الاتجاه نحو الذات . ويصلح هذا الاختبار للبالغين .

- اختبار الرسوم والكتابة العضوية .

- اختبار " باك " المعروف باختبار "رسم المنزل والشجرة والرجل" ، وهو اختبار إسقاطى يقوم فيه المفحوص برسم المنزل والشجرة والرجل على التوالى ثم يقوم بالإجابة على أسئلة خاصة بكل رسم منهم .

*** اختبارات الذكاء :**

وهى مجموعة متنوعة من الاختبارات المختلفة أشهرها :

– اختبار الاستعداد: لفهم معانى الكلمات المفردة، وفهم معـانى العبارات ، والمعلومات العامة ، والأعداد ، والتقليد (عمر ٦ سنوات).

– اختبار الإزاحة العملى لألكسندر : يناسب الأعمار من ٣–١٧ سنة.

– اختبار لوحة " سيجان " يناسب الأعمار من ٤–١٣ سنة .

– اختبار بناء المكعبات : يناسب الأعمار من ٦–١٦ سنة .

– متاهات " بورتيوس " : يناسب الأعمار من ٣–١٤ سن .

– اختبار " ديفزوايلز " : للذكاء العـام والقـدرة علـى حـل المشكلات .

– اختبار ستانفورد – بينيه.

– اختبار وكسلر : يناسب الأعمار من ١٥–٦٠ سنة .

وأشهر أنواع اختبارات الذكاء المستخدمة فى علم النفس اختبـار "ستانفورد – بينيه" ، ثم اختبار "وكسلر"، والاختبار الأول ، اختبـار "بينيه" لا يقيس مستوى الذكاء للكبار ، إنما هـو مخصـص لقيـاس مستوى الذكاء العام لدى الأطفال . وقد قام بوضع هذا الاختبار عـالم النفس الفرنسى الشهير "الفرديبيني" عام ١٩٠٥ ثم أدخل عليـه عـدة تعديلات فيما بعد أهمها ما قام به عالم النفسى الأمريكى "ترمان" فـى جامعة ستانفورد ، لذا أطلق على هذا الاختيار اسم " ستانفورد بينيه " للذكاء .

والاختبار عبارة عن مجموعة مـن الأسـئلة المتدرجـة فـى الصعوبة، تمثل كل مجموعة منها عمرًا عقليا معينا ، فإذا تمكن الطفل من الإجابة الصحيحة عن المجموعة المخصص لعمر (١٠ سـنوات) مثلا ، فإنه يحصل على درجة هذا العمر ليصبح هو عمره العقلـى ، بغض النظر عن عمره الزمنى، إذا كان أكبر أو أقل من ذلك .

فإذا كان العمر العقلى أكبر من العمر الزمنى كان الطفل ذكيا، وبالعكس ، ويمكن تمثيل نسبة الذكاء بالمعادلة الأتية على النحو التالى :

$$\text{نسبة الذكاء} = \frac{\text{العمر العقلى}}{\text{العمر الزمنى}} \times 100$$

فإذا كانت نسبة الذكاء تساوى (١٠٠) أو تقترب من ذلك ، يوصف الطفل بأنه متوسط الذكاء ، وإذا زادت نسبة الذكاء على (١٠٠) فإن الطفل يوصف بأنه (متفوق) ، أما إذا قلت نسبة الذكاء عن (١٠٠) فإن الطفل يوصف بأنه (متخلف).

أما الاختيار الثانى فقد وضعه " وكسلر " عام ١٩٣٩ بعد أن تنبه إلى عدم ملاءمة مقياس (ستانفورد – بينيه) لقياس ذكاء الراشدين ، وبالإضافة إلى المقياس الذى يقيس ذكاء الكبار ؛ فقد وضع " وكسلر " أيضا عدة مقاييس لقياس ذكاء الاطفال .

**** اختبار وكسلر :**

يتألف اختبار " وكسلر " من قسمين هما : القسم اللفظى والقسم العملى .

القسم اللفظى :

يتألف من اختبارات تقيس الجوانب اللغوية فى سلوك الإنسان ، مثل: المعلومات العامة ، والفهم العام ، والمفردات اللغوية .

القسم العملى :

يتألف من اختبارات أدائية ، مثل : رسم المكعبات ، وتشكيل الصور ، وتجريب الأشياء .

أما بالنسبة لاختبار ذكاء الطفل فإنها : " تسمى الدرجة التي يحصل عليها في اختبار الذكاء العام " نسبة الذكاء " أو I..Q –وهو اصطلاح نسمعه كثيرا هذه الأيام– فما معناه ؟

عندما يجرى للطفل اختبار في الذكاء العام ، يكون مجموع الدرجات الكلى الذى يحصل عليه هو " عمره العقلى " مقدرًا بالشهور. فإذا أردت أن تعرف عمره العقلى مقدرًا بالسنين ، قسمت عدد هذه الشهور على (١٢)، فمثلا إذا حصل (س) على ٦٧ درجة ، أو شهرًا، كان عمره العقلى هو خارج قسمه ٦٧ على ١٢ ، يساوى خمس سنوات وسبعة أشهر . وهذا الرقم لا يعنى شيئا إلا إذا أخذ عمر الطفل (س) في الاعتبار . ولكى تثبت العلاقة بين عمر الطفل العقلى وعمره الزمنى ، أتخذ هذا الإصطلاح I.Q أساسا، وهو نسبة الذكاء، ويمكن استخراج هذه النسبة بقسمة عمر الطفل الحقيقى مقدرا بالشهور على عمره العقلى ، ثم تضرب الناتج فى (١٠٠)[١]. لكن يمكن القول عموما إن أغلب اختبارات ومقاييس الذكاء تهدف إلى تحديد مستوى القدرات العقلية التى يتمتع بها من نطبق عليهم اختبارات الذكاء.. وأهم تلك القدرات :

** القدرة اللغوية :

تتمثل هذه القدرة فى المعرفة الشاملة للغة ، أى المعرفة التى تم تحصيلها بالفعل ، إضافة إلى فهم معانى الألفاظ وتراكيب الجمل ، وتعد تلك القدرة من أكثر القدرات المسئولة عن الفروق بين الأفراد فى النشاط العقلى بعد الذكاء .

** القدرة الرياضية :

وهى قدرة ترتبط بفروع الرياضة الثلاثة: (الحساب، والجبر، والهندسة) ومنها:

---

[١] القدرات العقلية لدى الأطفال: ثيلما يثرستون، كاترين بيرن، ت: عبد الفتاح المنياوى .

** القدرة الحسابية :

وهى تتطلب قدرات أبسط مثــل : القــدرة العدديـــة ، والقــدرة الاستدلالية التى تتمثل فى: " الاستقراء والاستنباط ".

** القدرة الجبرية :

وهى تتطلب وجود القدرتين الاستدلاليتين " الاستقراء والاستنباط" بالإضافة إلى القدرة العددية .

** القدرة الهندسية :

وهى تعتمد على القدرتين الاستدلاليتين السابقتين بالإضافة إلـــى القدرة المكانية .

** القدرة الحركية :

وهى قدرة تتمثل فى الاستجابات الحركية ، مثــل : الســرعة والتآزر والدقة ، وتشمل المهارات اليدوية ، مثل : حركة اليــد التـــى تتطلبها بعض المهن كقيادة السيارات أو العزف على البيانو – مثلا – وتقاس القدرة الحركية بأجهزة خاصة مثل : " الدينامومتر " الذى يقيس قدرة قبضة اليد .

** القدرة الكتابية :

وهى قدرة مركبة ، أى تتألف من عدة قدرات متراكبة ، وتقــوم على عدة عمليات ، منها :

- اكتشاف الأخطاء فى الأسماء والأعداد .
- إجراء العمليات الحسابية بسرعة ودقة ماهرة .
- معرفة معانى الكلمات ومفرداتها وفهــم القــراءة بمختلــف الأساليب البلاغية .

- معرفة القواعد النحوية واستخدامها الصحيح .
- السرعة والدقة فى الفرز والتصنيف.

**** القدرة الفنية :**

وتشمل القدرة على أداء الفنون البصرية المختلفة ، وقدرات الإبداع الفنى، وتذوق الأعمال الفنية . فهى قدرة أدائية أولا ، لكنها تكشف عن الخبرة الجمالية فى نفس الوقت أثناء الاختبار .

**** القدرة الإبداعية :**

هى كالقدرة الكتابية ، قدرة مركبة ، تتضمن عدة قدرات حسية وإدراكية وأدائية .

لقد تكلمنا -إلى الآن- عن اختبار ستانفورد - بينيه ، واختبار "وكسلر". ثم أوضحنا أن معظم الاختبارات الخاصة بالذكاء هى مقياس مستوى القدرات والمواهب عموما. ولكن هناك أيضا مقاييس واختبارات أخرى يمكن تناولها إلى جانب الاختبارات السابقة وأهمها "المقياس الشفوى" لقياس الذكاء[1] وهو يتكون من عدة اختبارات فرعية هى :

**** المعلومات :**

وهو اختبار يركز على المعرفة الدراسية والثقافية عموما.

**** الفهم :**

وهو اختبار يركز على وسائل الإدراك وحسن استخدامها ، وإضافة إلى قياس النضج الاجتماعى .

---

[1] الذكاء وتنميته لدى أطفالنا: د . إسماعيل عبد الكافى، مكتبة الدار العربية .

** الحساب :

وهو اختبار يركز على قدرة معالجة الرموز والتفكير الرياضى والمعلومات الرياضية المدرسية واختبار التركيز الذهنى .

** المطابقة :

وهو اختبار التصميم الإبتكارى ، وقدرة الاستدلال المجرد ، بالتطبيق على أشكال ورسوم اختباريه محددة .

** القدرة اللغوية :

وهو اختبار يركز على إدراك المفردات اللغوية ومعانيها ، والمهارات الأسلوبية ، والإدراك البلاغى ، ولهذا المقياس قدرة فى الكشف عن عدد من الخصائص الأخرى الفرعية للذكاء منها :

** تكملة الصور :

وهو اختبار للكشف على خصيصة قوة الملاحظة، وسرعة البديهة، والانتباه.

** ترتيب الصور :

وهو اختبار -آخر- للكشف عن مستوى الاستيعاب والفهم والترابط المنطقى فى التفكير .

هناك أيضا اختبار " كوهس " الشهير :

وهو اختبار يتم عن طريق استخدام المكعبات الملونة أو الرسومات الهندسية ، والهدف منه الكشف عن القدرات التحليلية والتركيبية ، وقياس قدرة التناسق الحركى والبصرى .

** اختبار التجميع :

وهو اختبار يهدف إلى الكشف عن قدرة إدراك العلاقات المكانية بين مجموعة معينة من العناصر .

** اختبار الرموز :

وهو اختبار يهدف إلى قياس القدرة على التعلم والتكيف ، وقياس الإدراك البصرى والتناسق الحركى .

** المعضلات :

وهى مجموعة اختباريه متنوعة هدفها قيـاس مجموعـة مـن الإمكانات، مثل: التنظيم، والتوقع ، والتكهن . ويتوقف عليهـا تحديـد مستوى القابلية للتكيف الاجتماعي.

بيد أن : " ظاهرة قياس الذكاء واختباراته أصبح ينظـر إليهـا وإلى غاياتها على أنها تتأثر بالبيئة، وأنها تهدف إلـى تنميـة الأدوات المعرفية، وتكوين اتجاه حياتى للبحث عن المعرفة المنظمة للكشف عن الحقيقة ، ولقد أظهرت البحوث المختلفة تأكيد ظاهرة الذكاء الإنسـانى وأثبتت التجارب وجود الحقيقة العلمية ، والتى أطلق عليها " الفـروق الفردية " ، فالأفراد يتفاوتون فى نسب ذكائهم حسب نوعهم ، فمـنهم من كون سمته الغالبة من الذكاء هى: الذكاء الاجتمـاعى، أى القـدرة على التعامل بنجاح مع من حوله من الناس. ومنهم من يكون طابعـه الغالب: الذكاء الميكانيكى ، أى القدرة علـى التعامـل مـع الأشـياء وتركيبها ، ومنهم من يكون طابعه الـذكاء النظـرى المجـرد ، أى التعامل مع الرموز والمجردات والتعامل مع المعادلات والأفكار بكفاءة عالية[1]".

---

[1] المرجع السابق .

وصحيح أن اختبارات الذكاء هى الوسيلة الوحيدة – حتى الآن التى يمكننا من خلالها التعرف على مستوى الذكاء والقدرات العقلية ، وصحيح أيضا أن الذكاء من دعائم النجاح ، لكن هناك من يرى من علماء النفس أن ثمة عوامل أخرى ، سوى الذكاء ، ينبغى النظر إليها وأخذها فى الاعتبار ، وهؤلاء العلماء يذهبون إلى أن : هناك الكثير من القدرات الأخرى المختلفة، وهذه القدرات – بدورها – على جانب كبير من الأهمية فى أعمال كثيرة وميادين مختلفة من ميادين العمل ، وهى ميادين مهمة ، يحصل الناس منها على أجور عالية ، إن الوظائف الطبية لا تذهب لأصحاب العقول الكبيرة وحدهم ، فمثلا نلاحظ أن اقتصادنا يعتمد اعتمادا كبيرا على الآلات وعلى العمال الذين يديرون هذه الآلات ، وهؤلاء هم الميكانيكيون أصحاب الشأن فى مجتمعنا ، أو صفوتهم الممتازة على الأقل ، ومع هذا نرى أن الميكانيكى لا يشترط أن يكون شخصا قد حصل على درجات عالية فى اختبارات الذكاء، ذلك لأن اتجاهاته وميوله الميكانيكية لا تقيسها اختبارات الذكاء ، وهذا على الرغم من أن الدراسات الحديثة للميول والاتجاهات الميكانيكية قد أظهرت أنها تتركب من مهارات عقلية ومهارات آلية فى وقت واحد معا.

والاستعداد الميكانيكى ليس إلا مثالا واحدا من أمثلة القدرات العظيمة التى تقيسها اختبارات الذكاء ، ويمكن أن يضاف إليها إنتاج الموسيقيين والفنانين ذوى المهارات العظيمة[1] ، إن علماء النفس يؤكدون أن الذكاء وحده ليس أهم القدرات، بل أن هناك قدرات أخرى كثيرة ، مختلفة ومتنوعة ، لا تقل أهمية عن الذكاء.

فالاختبارات والمقاييس إذن هى الوسيلة التى يلجأ إليها علماء النفس فى الكشف عن أبعاد الشخصية .

---

(1) القدرات العقلية لدى الأطفال : مرجع سابق .

وما الذكاء إلا أحد هذه الأبعاد ، لأن الشخصية الإنسانية متعددة الجوانب ، تتشابك مكوناتها وعناصرها ، وتتبدى سماتها عن خلال مثل هذه الاختبارات والمقاييس التى حرصنا أن نقدم للقارئ العربى باقة منوعة منها فى هذا الكتاب ، وقد راعينا فى هذه الباقة أن تغطى كافة جوانب الشخصية حتى تعم الفائدة من حشد الاختبارات واستخداماتها .

***

* اختبر شخصيتك

اختبار : " تصور الذات "

أول ما يطالع القارئ عادة فى أغلب كتب " اختبارات الشخصية" هو الاختبار الخاص " بتصور الذات " .

وذلك نظرا لأهمية تصور الإنسان عن نفسه ، لأن هذا التصور يتوقف عليه موقف الإنسان من العالم والنفس ، كما يتوقف عليه موقف الناس منه، وعلى هذا التصور تستند أغلب ردود أفعالنا وسلوكياتنا وممارساتنا فى الحياة ، والاختبارات الخاصة بالكشف عن هذا التصور فحسب ، ولا يتوقف هدفها عند الكشف عن مدى تقبل الشخص ذاته ، أو عن رؤيته لجوانب شخصيته وسماتها ، بل هو يتجاوز هذا الهدف ليكشف عن الشخصية ككل. وقد سجل "دجين ديفرسون" نموذجا لهذا الاختبار فى أشهر الكتب عن اختبارات الشخصية ، وأكد فيه على أهمية طرح التساؤل حول الذات بالنسبة للإنسان[1] فمن منا ليس له رأى فى نفسه ؟

مهم جدًّا أن تطرح أسئلة تتعلق بالصورة التى ترسمها لنفسك ، لأن هذا الرأى يؤثر فى الطريقة التى تنظر بها إلى العالم ، ونظرة الناس إليك وسلوكك ، والسر والرضا الذى تجنيهما من الحياة ، أن صورتك الشخصية كما تتصورها تدل على تفكيرك .. والاختبار التالى يوضح لك ملامح صورتك أمام نفسك إذا أجبت على أسئلته بكل صدق وأمانة ، فقط أشر على المربعات المطابقة :

١) هل تجد معظم من تقابلهم أناسا يثيرون الاهتمام ؟

للغاية [] كثيرا [] أجل [] غالبا []عادةً [] ليس دائما [] نادرا[] البتة[]

---

[1] اختبر شخصيتك : دجين ديفرسون ، ت : سمير شيخانى ، بيروت ، دار للآفاق الجديدة ، ط/٢ ، ١٩٨٦ .

٢) هل تتمنى سرًا أن تنزل بأصدقائك مصيبة ؟
دائما[] معظم الوقت[] غالبا[] أحيانا[] بين وقت وأخر[] تقريبــا[] البتة[]
٣) هل تشعر أن لديك القدرة المباشرة على اجتذاب معظم أفراد الجنس الأخر ؟
دائما[] معظم الوقت[] غالبا[] أحيانا[] بين وقت وأخر[] تقريبــا[] البتة[]
٤) هل لديك الإحساس بالإساءة إلى المقربين منك ؟
دائما[] معظم الوقت[] غالبا[] أحيانا[] بين وقت وأخر[] تقريبــا[] البتة[]
٥) هل تنجز تعهداتك ؟
دائما[] معظم الوقت[] غالبا[] أحيانا[] بين وقت وأخر[] تقريبــا[] البتة[]
٦) هل تقلقك عيوبك ؟
دائما[] معظم الوقت[] غالبا[] أحيانا[] بين وقت وأخر[] تقريبــا[] البتة[]
٧) هل لديك إحساس عميق بأنك محبوب على أقل من شــخص واحد في العالم ؟
كثيرًا جدا[] كثيرا[]أجل، حقا[]بين بين[]ليس كثيرا[]البتة[] تقريبا[]
٨) هل تنزعج من كثرة المديح ؟
كثيرًا جدا[] كثيرًا[]أجل، حقا[]بين بين[]ليس كثيرا[]البتة[]تقريبا[]
٩) هل تكون راضيا عن نفسك في أخر النهار ؟
دائما[]معظم الوقت[]غالبا[]أحيانا[]بين وقت وأخر[] تقريبا[] البتة[]
١٠) هل تشعر بالمضايقة عندما يحدق بك الغرباء ؟
كثيرًا جدا[] كثيرا[]أجل، حقا[]بين بين[]ليس كثيرا[]البتة[] تقريبا[]
١١) هل لديك أراء أو أفكار غريبة ؟

دائما[]معظم الوقت[]غالبا[]أحيانا[]بين وقت وأخر[] تقريبا[] البتة[]

١٢) هل تجيب بعبارة " الحمد لله ، على خير ما يرام " ، بينما أنت مرهق وتشعر أنك في الجحيم ؟

دائما[]معظم الوقت[]غالبا[]أحيانا[]بين وقت وأخر[] تقريبا[] البتة[]

١٣) هل لاتقدر قيمة معاشرة الذين تعتبرهم " أرفع " منك ، وتجدهم مثيرين ؟

كثيرًا جدا[] كثيرا[]أجل، حقا[]بين بين[]ليس كثيرا[]البتة[] تقريبا[]

١٤) هل تشعر بأنك هادئ ، ساكن بصورة خاصة ، مع الذين تعتبرهم أدنى منك؟

كثيرًا جدا[] كثيرا[]أجل، حقا[]بين بين[]ليس كثيرا[]البتة[] تقريبا[]

١٥) هل أنت على وفاق مع جيرانك ؟

كثيرًا جدا[] كثيرا[]أجل، حقا[]بين بين[]ليس كثيرا[]البتة[] تقريبا[]

١٦) هل يشعرك الكون بأنك صغير وتافه ؟

دائما[]معظم الوقت[]غالبا[]أحيانا[]بين وقت وأخر[] تقريبا[] البتة[]

١٧) هل تحس بأنك تستطيع عمل كل ما يخطر ببالك ؟

دائما[]معظم الوقت[]غالبا[]أحيانا[]بين وقت وأخر[] تقريبا[] البتة[]

١٨) هل لديك الانطباع بأنك ستموت وحيدا؟

كثيرًا جدا[] كثيرا[]أجل، حقا[]بين بين[]ليس كثيرا[]البتة[] تقريبا[]

١٩) هل تفي بوعودك ؟

دائما[]معظم الوقت[]غالبا[]أحيانا[]بين وقت وأخر[] تقريبا[] البتة[]

٢٠) هل تشعر أنك تزعج الأخرين ؟

دائما[]معظم الوقت[]غالبا[]أحيانا[]بين وقت وأخر[] تقريبا[] البتة[]

٢١) هل لديك القدرة على السيطرة على انفعالاتك بالعقل ؟
كثيرًا جدا▯ كثيرا▯أجل، حقا▯بين بين▯ليس كثيرا▯البتة▯ تقريبا▯
٢٢) هل تعى أنك تخفى شخصيتك الحقيقية ؟
كثيرًا جدا▯ كثيرا▯أجل، حقا▯بين بين▯ليس للغاية▯البتة▯ تقريبا▯
٢٣) هل تشعر أنك ذو فائدة للمجتمع ؟
كثيرًا جدا▯ كثيرا▯أجل، حقا▯بين بين▯ليس للغاية▯البتة▯ تقريبا▯
٢٤) هل تشعر بأنك محترم مع معظم الناس ؟
كثيرًا جدا▯ كثيرا▯أجل، حقا▯بين بين▯ليس للغاية▯البتة▯ تقريبا▯
٢٥) هل تشعرك رغباتك الجنسية بالذنب ؟
دائما▯معظم الوقت▯غالبا▯أحيانا▯بين وقت وأخر▯ تقريبا▯ البتة▯
٢٦) هل تحس بأنك تؤذى نفسك ، عاطفيا وجسديا ، مع الشعور بالعجز عن التوقف عن ذلك ؟
كثيرًا جدا▯ كثيرا▯أجل▯ليس كثيرا▯تقريبا▯ مطلقا▯
٢٧) هل تستطيع إيجاد مبرر مقبول لحياتك ؟
بالطبع▯أجل▯عادة▯أحيانا▯ليس غالبا▯ تقريبا لا▯مطلقا▯
٢٨) هل تضطر لطرد أفكار أو مشاعر رهيبة أو كريهة ؟
كثيرا ما▯غالبا جدا▯غالبا▯أحيانا▯ بين وقت وآخر▯البته▯ تقريبا▯
٢٩) هل تثيرك فكرة حياتك المستقبلية ؟
كثيرا جدًا▯كثيرا▯أجل، حقا▯بين بين▯ليس كثيرا▯ تقريبا لا▯مطلقا▯
٣٠) هل تشعر أنك على هامش الأشياء ؟
كثيرا ما▯ غالبا جدا▯أحيانا▯ بين وقت وأخر▯البته▯تقريبا▯
٣١) هل تشعر تلقائيا أنك سعيد جداً دون أسباب خاصة ؟
كثيرا ما▯غالبا جدا▯أحيانا▯ بين وقت وأخر▯البته ، تقريبا▯ البتة▯

٣٢) هل تشعر أن الأخرين يجدونك مزعجا ؟
كثيرا ما[]غالبا جدا[]غالبا نوعا[]أحيانا[] بين وقت وأخر[] البته[] تقريبا[]
٣٣) هل تشعر أنك تستخدم الوقت لديك على أفضل صورة ؟
كثيرا جدا[]كثيرا[]أجل،تقريبا[]بين بين[]ليس عادة[]تقريبا لا[]مطلقا[]
٣٤) هل يرهقك التحليل الذاتي ؟
دائما[]معظم الوقت[]غالبا[]أحيانا[]بين وقت وأخر[] تقريبا[] البتة[]
٣٥) هل تعلق أهمية على تجاربك واختباراتك الماضية ؟
كثيرا جدا[]كثيرا[]أجل،حقا[]بين بين[]ليس كثيرا[]تقريبا لا[]مطلقا[]
٣٦) هل تشعر بنفور عفوي مباشر تجاه بعض الأشخاص ، دون أن تدري لماذا تتصرف هكذا نحوهم ؟
كثيرا جدا[]غالبا جدا[]غالبا نوعا[]أحيانا[]بين وقت وأخر[]البته[]تقريبا[]
٣٧) هل تشعر أنك امرؤ شجاع ؟
كثيرا جدا[]كثيرا[]أجل،حقا[]بين بين[]ليس غالبا[]البته[]تقريبا[]
٣٨) هل تشعر أنك لا تسعى حقا لمعرفة رأى الأخرين فيك ؟
كثيرا جدا[]كثيرا[]أجل حقا[]بين بين[]ليس كثيرا[]تقريبا لا[]مطلقا[]
٣٩) هل تتوقع شيئا خاصا من المستقبل مع الإحساس بأنك تستحقه ؟
دائما[]معظم الوقت[]غالبا[]أحيانا[]بين وقت وأخر[] تقريبا[] البتة[]
٤٠) هل تدهش إذا تدله أحد بحبك غدا؟
كثيرا جدا[]كثيرا[]أجل حقا[]بين بين[]ليس كثيرا[]تقريبا لا[]مطلقا[]

** كيفية وضع المجموع :

سجل على حدة الأسئلة الزوجية (الشفهية) والأسئلة الفردية (الوترية).

الأسئلة الفردية :

سجل من نقطة إلى ٧ نقاط من اليمين إلى اليسار ، مثال ذلك :

السؤال واحد ١) :

للغاية[١] كثيرا[٢] أجل ، غالبا [٣] عادة[٤] ليس دائما [٥] نادرا[٦] البتة[٧]

السؤال ٣) :

دائما[١] معظم الوقت[٢] غالبا[٣]أحيانا[٤]بين وقت وأخر[٥] تقريبا[٦] البته[٧]

الأسئلة الزوجية :

سجل من نقط واحدة من اليمين إلى اليسار ، مثال ذلك :

السؤال ٢) :

دائما [٧]معظم الوقت[٦]غالبا[٥] أحيانا [٤] بين وقت وأخر [٣] تقريبا[٢]البته [١]

السؤال ٦) :

كثيرا جدا [٧] كثيرا[٦] معظم الوقت [٥] غالبا [٤] بين وقت وأخر[٣] البته تقريبا [٢] البته [١] .

* جدول حسابك

الأعداد الفردية		الأعداد الزوجية	
الأسئلة	النقاط	الأسئلة	النقاط
١	[ ]	٢	[ ]
٣	[ ]	٤	[ ]
٥	[ ]	٦	[ ]
٧	[ ]	٨	[ ]
٩	[ ]	١٠	[ ]
١١	[ ]	١٢	[ ]
١٣	[ ]	١٤	[ ]
١٥	[ ]	١٦	[ ]
١٧	[ ]	١٨	[ ]
١٩	[ ]	٢٠	[ ]
٢١	[ ]	٢٢	[ ]
٢٣	[ ]	٢٤	[ ]
٢٥	[ ]	٢٦	[ ]
٢٧	[ ]	٢٨	[ ]
٢٩	[ ]	٣٠	[ ]
٣١	[ ]	٣٢	[ ]
٣٣	[ ]	٣٤	[ ]
٣٥	[ ]	٣٦	[ ]
٣٧	[ ]	٣٨	[ ]
٣٩	[ ]	٤٠	[ ]

المجموع : ....   المجموع : ....

جمع المجموعين .....   اقرأ الخلاصات التالية :

* الخلاصات *

* من ٤٠ نقطة إلى ٦٩ نقطة :

ملاحظة صغيرة قبل البدء : هذه الأسئلة لـم توضـع مبـدئيا للتحقق من صدقك، ومع ذلك، وبالنظر إلى النتائج، يمكن أن تكون قد أهملت ذلك قليلا، فالواقع أن قليلين من الناس يمكنهم التوصل إلى أن يكونوا من هذا الصنف، باستثناء القديسين أو أنصار اليوجـا، وهـذا يمكن أن يحدث لمن استطاع تحقيق نجاح رائـع، أو عـاش اختبـارا روحيا ، وعاطفيا فقاده ذلك إلى هذه الحالة غير العادية مـن التقـدير الرفيع للنفس .

أنت الشخص المؤهل أكثر من سواك لكى تعرف إذا كنت تشعر حقا إنك متحرر من القلق ، والشك ، والذنب ، والندم ، وهذا الشـعور بعدم التكيف الذى يتكون منه معظم الناس بدرجات متفاوتة. من السهل الغش ، ولكنك لن تعرف شيئا كثيرا عن نفسك إذا عمدت إلى الغش .

لعلك لم تفعل ذلك عمدا، إذا كان الحال كذلك، يستحسن العـودة إلى الوراء لمراجعة بعض إجاباتك، أبحث أولا عن الأسئلة التى أجبت عنها بطريقة خاطئة -غير صحيحة- فإنها تعطيـك الإشـارات إلـى القضايا التى لا تستطيع مجابهتها بطريقة مباشرة ، وتفيدك عن مشاعر داخلية تجتهد فى التهرب منها .

مثال ذلك ، هل أجبت بصدق عن الأسـئلة ١٠ ، ١٣ ، ١٤ ، ١٥ ، ٢٠ ، ٢٥ ، ٣٢ ، ٣٨ ، ٤٠؟! إن لهـا جميعـا شـيئا يتعلـق بصورتك الاجتماعية ، وبرأيك فى نفسك وفى علاقاتك مع الأخرين . فالإجابات غير الشريفة يمكن أن تعنى أنك تعلـق أكثـر ممـا تـود الاعتراف به من حيث رؤية الأخرين لك .

هل أجبت بصدق عن الأسـئلة ٢ ، ٤ ، ٦ ، ١٨ ، ٢١، ٢٦ ، ٢٨ ، ٣٦ ؟ إنها تتعلق بالمشاعر المحبوبة المثقلة غالبا بالذنب . وهى

ذات علاقة غالبا بالوجه القاتم لشخصيتك ، لا أحد يجد لذة فى الـتكلم بإسهاب عن مظاهره الكريهة أو الرديئة، ولكنك إذا عرفتها يمكنك أن تتوصل إلى السيطرة عليها .

وبإعادتك النظر مجددا فى هذه الأسئلة يمكنك الاستدلال علـى تلك التى مست فى نفسك نقطة حساسة بصورة خاصـة. وإذا كنـت نبذت المشكلة جانبا أو تهيبت منهـا فيستحسـن مواجهـة الأسـباب والتساؤل لماذا؟

ربما بدا لك أسهل أن تتكر كل نقائضك ، ولكـن سـرعان مـا يصبح الهرب بنجاح من شخصيتك ذاتها أمرا مستحيلا، برفضك رؤية بعض المظاهر فيك، تعمل فى النهاية على مضاعفة أهميتها والتـأثير الموهن الذى تمارسه عليك. تحاول الهرب من جبل ما ، ولكنه يبقـى دائما حيث هو ، ولا تستطيع حقا إقناع بأنه غير موجود بمجرد أنـك ترفض النظر إليه .

أما إذا شعرت بأن إجاباتك تطابق تماما رأيك فى نفسك، فعنـدما تكون فى سلام ، وتحس إحساسا عميقا بالراحة والثقـة الكبيـرة ، لا ينبغى لك أن تخشى ولا أن تندم على شئ .

* من ٧٠ نقطة إلى ٩٩ نقطة :

لديك عن نفسك صورة ملائمة جدًّا، والتقدير الذى تكنه لنفسـك كبير. يمكن للظروف أن تبالغ بين آن وآخر فى مشـاعرك ، ولكنـك تشعر على العموم، بأنك على خير ما يرام، وتـدرك تمامـا قيمتـك، وأهميتك.

ثقتك بنفسك تتيح لك لقاء الآخرين على صعيد المساواة. يمكنـك إذن أن تكون شريفا فى علاقاتك لأن لا شئ لديك تخفيه ، ولا تشـعر بالحاجة لأن تكون فى حالة دفاع ، لن تشـعر -إلا نـادرا- بشـعور العداء أو الحسد بالنسبة للآخرين. تؤمن بنزاهتك ، وبلطفك ، وتـدرك

أنك شخص قوى، وقادر، وفردى. يمكنك التعبير عن نفسك بـــدون أى قلق بالنسبة للانطباع الذى تتركه، أو التـــأثير الـــذى تمارســـه علـــى الآخرين .

ربما كنت تتمتع ببعض اللطافة، أو أن إيمانك الدينى قوى جـــدًا، لعلك بكل بساطة تعتمد على ثقتك بنفسك ، وعلى قدرتك للسيطرة على حياتك، باتفاقك مع انفعالاتك تعرف كيف تمنح حياتك معنى ، والقبول بهويتك يمنحك ثقة ورضاء. أنت تتقبل تماما كل مظـــاهر شخصـــيتك دون الشعور بالحاجة إلى الصراع مع المظاهر الأقل قبولا .

مع ذلك ، من الممكن جدًا أن تكون قد أظهرت الكثير من اللطف نحو نفسك بإجاباتك عن بعض الأسئلة ، فمن المفضـــل أن تـــتفحص الأجوبة، فإذا كان الجواب بالإيجاب فافحص تلك الأجوبة المتساهلة ، أنها تدلك على المناطق التى ترفض مجابهتهـــا فـــى شخصـــيتك، إن الإجابات غير الشريفة تظهر أشياء مهمة لا تزيد أن تحلها أو تعترف بها ، فهى تستحق إذن أن تستدل عليها وتتفحصها بعناية. إلا أنه مـــن الممكن أن تكون كل إجاباتك مطابقة للفكرة التى تكونها عن نفســـك ، فأنت إذا قد تحررت من الشكوك العميقة والمشاكل الخاصة بك . وذلك يتيح لك أن تكون شخصية خلاقة، وبعبارة أخرى أن تطور باستمرار مواهبك وكفاءاتك . إن الذين لديهم صورة عن أنفسهم محسنة ومجملة يذللون العقبات بصورة أكثر من الآخرين.

* من ١٠٠ نقطة إلى ٢١٩ نقطة :

معظم الناس يصنفون فى هذه الفئة: إن التقدير الذى توليه لنفسك مرتفع جدًا ، وأنت قادر على تقدير مزاياك ، ولا تخشى من مجابهـــة عيوبك، تتوصل على العموم إلى قبول نفسك ، وهو أمر مهم ، وتشعر بأنك مستعد لاجتياز طريق طويل للتوصل إلى التفاهم مع نفسك تفاهما

أفضل . فى الواقع أنت تعرف أن شخصيتك غير مكتملة بعد ، ويمكن لك أن تحمل إليها التحسينات .

وبوجه الاحتمال فإن الصورة التى ترسمها لنفسك تتبدل حسب الظروف -مثال ذلك- إذا أخفقت في امتحان ، أو إذا صرفت من عملك، فأنك تنظر إلى نفسك بعين أقل صفاء من المعتاد ، وتسقط فى عين نفسك مؤقتا -وعلى النقيض- إذا وقعت فى الحب ، أو إذا نجحت في تحقيق أحد أحلامك العزيزة جدًا على قلبك ، فأنك تنظر إلى نفسك نظرة أكثر تساهلا من المعتاد ، وكذلك يكون التقدير لنفسك أكبر .

□□□

* اختبار " الصحة النفسية ":

هناك أشخاص يعتقدون أنهم مرضى لمجرد أنهم مرضى، أنهم فى أنفسهم بعض ما يذكره علماء النفس في مؤلفاتهم ، كما أن هناك من يعتقدون أنهم ليسوا مرضى نفسيين ، ولكن الحقيقة أنهم كذلك، وهناك من يتوهمون فى أنفسهم مرضا نفسيا أكثر من الواقع .

وهذا الاختبار الذى نسوقه لك هنا المقصود منه أن يطلعك على الحقيقة الواقعة المجردة ولا شئ أكثر منها ولا أدنى .. إنه سيمحو من نفسك الشكوك والأوهام التى تدور فى رأسك عن نفسك . ولكن لا تدع هذا الاختبار يفزعك لمجرد علمك بأنه يتوخى الإجابة على سؤال مهم هو : "إلى أى حد أنت مريض نفسيا؟" أو لأن هذا السؤال يعنى أن الاختبار نفسه اختبار للعصاب ، وحسبك أن تعتبره مرشدا عاما وسوف تغالط نفسك عندما تلمس منه أن غيرك يعانون - أيضا - مما تعانى[1] .

* قبل الاختبار :

١) سوف تلاحظ أولا أن أغلب الأسئلة يتألف من سؤالين ، لذلك جعلنا للإجابة خانتين ، أجب بنعم فى أحدهما أو فى كلاهما ، إذا كانت

---

[1] المرضى النفسى طريق إلى السعادة : لويس بسن ، ت : محمد عبد المنعم الزيادى ، الشركة العربية للطباعة والنشر ، ١٩٥٧.

الإجابة على سؤال واحدا أو أثنين ، فإذا كانت إجابة واحدة أجبت فى الخانة المخصصة لها، وإذا كانت الإجابة بنعم علـى السـؤالين معـا فأجب فى الخانتين معا .

٢) لا تجب إلا بعد التأكد من أن ما تعانى منه ينأى عن حـدود العادى والطبيعى أو إنه على الأقل يسبب لك ضيقا .

٣) تجنب انتحال المعاذير ، كما يجب أن تتجنب نسبة الأخطـاء إلى نفسك بدون مبرر عند الإجابة .

٤) متى فرغت من تدوين الإجابات ، كلها ، أجمعها ، ثم أطرح مجموعها من الرقم (١٠٠) وحاصل الطرح هو الذى يبين لك إلى أى حد أنت صحيح، أو طبيعى ، بالنسبة المئوية .

٥) لن يتسنى لأى إنسان أن يحرز ١٠٠% ، فالشخص السـليم ١٠٠% لا وجود له ، فإذا كان مجموع إجابتك بالإيجاب ١٥ ، يعنـى أنك سليم ٨٥% ، فعليك مراجعة إجابتك مـرة أخـرى ، وإذا كـان مجموع إجاباتك يتراوح بين ٧٠ ، ٨٥% فهذا دليل على أنك تنتمـى إلى طبقة العصابين ، وهى طبقة يعتبر الانتماء لها ميزة ، فلها ينتمى أغلب النبهاء وأهل النبوغ ، أما إذا زاد مجموع إجابتـك عـن ٨٥% فالمحتمل أنك تعانى عصابا شديدا.

* الأسئلة *

	نعم	نعم
١-هل أنت فائق الحساسية؟ أو تخشى مقابلة الناس؟		
٢- هل تتجنب المجتمعات؟ أو تسرف فى الوحدة ؟		
٣-هل تنغمس فى التحسر على نفسـك؟ أو تطيـب خاطر نفسك؟		
٤-هل أنت لوام لنفسك؟ أو سريع الإحساس بالذنب؟		

	نعم	نعم
٥- هل تبادر إلى انتحال المعاذير لنفسك؟ أو تدافع عن نفسك أمام الآخرين ؟		
٦-هل أنت يقظ الضمير إلى حد يضايقك ؟		
٧-هل تحس أنك مكبوت؟ أو تشعر أن فى استطاعتك أن تعمل عملا إنشائيا ؟		
٨- هل تعانى إحساسا بالضيق؟ أو تحس بخطر وشيك لا تدرى له سببا ؟		
٩-هل تستشعر القلق بغير مبرر؟ وهل أنت مشغول دائما بما يظنه الناس؟		
١٠- هل أنت مقتنع - بغير سبب - أنك اقل من الناس؟ أو أعظم شأنا ؟		
١١- هل تعانى من الإحساس بالذات ؟		
١٢-هل أنت دائم الشك لا تدرى ما هو الأفضل لك؟ وهل أنت سريع الاستهواء ؟		
١٣- هل أنت غيور من الآخرين؟ أو دائم الارتياب فيهم؟		
١٤-هل أنت شديد النقد للآخرين؟ أو صعب الإرضاء؟		
١٥- هل أنت قاصر عن اكتساب الأصدقاء؟ أو الاحتفاظ بهم؟		
١٦-هل تجسم التوافه؟ أو تقلل من شأن المهم من الأشياء؟		
١٧-هل أنت مكتئب؟ أو مبتهج متفائل لغير سبب؟		

	نعم	نعم
١٨-هل أنت بعيد دائما عن الرضى؟ أو مشغول دائما بالصراع العقلى؟		
١٩-هل تفضل صحبة أفراد جنسك؟ أو تكره أفراد الجنس الآخر ؟		
٢٠- هل تحس جوعا عاطفيا؟ أو هل تؤلمك رغباتك الجنسية؟		
٢١-هل تكره الأطفال؟ أو هل تضمر بغضا للزواج ؟		
٢٢-هل تدمن أحلام اليقظة؟ أو هل تخفق فى محاولة تحقيق آمالك ؟		
٢٣-هل فقدت الاهتمام بالحوادث الجارية؟ أو هل تشعر بالزهد والملل من الدنيا؟		
٢٤-هل تميل إلى أن تكون محافظا لكى تكون مختلفا وحسب؟ أم أنك متعصب فعلا للمحافظة ؟		
٢٥- هل أصبح من عادتك التفتيش عن الأخطاء؟ أو أصبحت متشائما ؟		
٢٦-هل تعوزك الثقة بالنفس؟ أو تشعر بالرغبة فى أن ترتد طفلا مرة أخرى ؟		
٢٧-هل فقدت الطموح؟ أو هل تشعر أنك أخفقت فى حياتك؟		
٢٨- هل تشعر أحيانا بأن الناس أو الأشياء ليسوا إلا وهما وخيالات ؟		
٢٩- هل أنت عاجز عن الاحتفاظ بعمل ما فترة طويلة؟		
٣٠-هل أنت شديد النظام؟ أو شديد الفوضى ؟		

	نعم	نعم
٣١-هل أنت شديد الاهتمام بهندامك؟ وهــل تطيــل الوقت أمام المرآة ؟		
٣٢-س تعتبر نفسك جبانا؟ وهل تكذب حتى ولو لــم تدع الضرورة ؟		
٣٣-هل أنت متطير؟ وهل تعتنق مذهبا أو اتجاها ما؟		
٣٤-هل لأحد والديك أثر قوى فى نفســك؟ أو لأحــد أقاربك أثر قوى فى نفسك ؟		
٣٥- هل تقع كثيرا فى الأخطاء؟ أو هل ترتكب أشياء تعتبرها تفاهات ؟		
٣٦- هل تشكو شيئا من التسلطات : كــالنظر فــى الدواليب أو تحت السرير أو التأكد من أن الباب مغلق.. إلخ؟ وهل أنت عاجــز عن التخلص من عادات سيئة كالتدخين أو الشراب.. إلخ؟		
٣٧- هل يلاحقك الخوف من الموت ؟		
٣٨- هل تهوى جمع أشياء معينة؟ أم هل تمل سريعا وتتخلص مما جمعت ؟		
٣٩- هل تخشى الظــلام أو غيــره مــن الظــواهر الطبيعية؟ وهل تخشى الجنون ؟		
٤٠-هل تفكر فى الانتحار؟ أو تراودك أفكار أخــرى مقبضة؟		
٤١-هل تشعر بالضيق من الأماكن المغلقة كالمصاعد وغيرها؟ أو حين تعبر أماكن فسيحة كــالحقول والميادين وغيرها؟		

	نعم	نعم
٤٢-هل تكره الأماكن المرتفعة كالجبال والمباني العالية؟ أو تشعر برغبة في القفز منها ؟		
٤٣-هل تخاف خوفا ملحا من الميكروبات؟ وهل تسلط عليك حب النظافة ؟		
٤٤-هل أنت سريع الاحتياج؟ أو مندفع خلف حدة مزاجك؟		
٤٥-هل تشكوا عجزا عن تركيز الذهن؟ أو ضعفا في الذاكرة؟		
٤٦-هل أنت سريع التعب؟ أو هل تشعر أنك يجب أن تظل في حركة دائمة ؟		
٤٧-هل تجد مشقة في الاسترخاء؟ أو هل تعاني الأرق؟		
٤٨-هل تشكو صداعا متكررا؟ وهل أنت عادة متقلب العاطفة؟		
٤٩-هل تحلم أحلاما مزعجة؟ وهل تقضي في النوم شطرا كبيرا من يومك ؟		
٥٠- هل تشكو أعراضا جسمانية يقول الأطباء أنها متوهمة لا سند لها في الحقيقة ؟		

***

* اختبار القدرة على التواصل مع الآخرين :

وهو اختبار مكمل لما سبقه من اختبارات ، أجب على أسـئلته بصدق تتعرف على قدرتك على التواصل والمشاركة الاجتماعية التى يتوقف عليها نجاحك فى الحياة ومستقبل علاقاتك ومستوى صحة هذه العلاقات :

١) هل تهتم كثيرا بالتفكير فى وجهة نظر الناس عنك ؟
٢) هل تشعر أنك تختلف كثيرا عن الآخرين ؟
٣) هل تشعر أنك فى حاجة إلى إعجاب الآخرين الدائم بك لكى تشعر بالسعادة ؟
٤) هل تحرص على جذب الانتباه لشخصك فـى الاجتماعـات العامة من خلال الأفكار الغريبة التى تبوح بها ؟
٥) هل تشعر أحيانا أنك شخص غير مرغوب فيه ؟
٦) هل يسيطر عليك الشعور بأنك قد تكون موضع شك وريبـة الآخرين ؟
٧) هل تهتم بعقد الصداقات أيا كانت حتى مع من لا اهتمامـات عامة لهم ؟
٨) هل تعتقد أن معظم ما يراه الناس بديهيا لا يجـب أن يكـون كذلك بالضرورة بالنسبة لك ؟
٩) هل تعتقد أن وجود الآخرين ضـرورة لوجـود شخصـيتك وإبراز مواهبها؟
١٠) هل تشعر بتفوق قدراتك الأدبية والفكريـة علـى قـدراتك الاجتماعية ؟
١١) هل تفضل الهرب من المواقف والمشاعر والعلاقات التـى تشعرك بالنقص ؟
١٢) هل تجبرك طبيعتك على مساعدة الأصدقاء إذا كانوا فـى حاجة إلى مساعدتك؟

١٣) هل تجبرك طبيعتك على المساهمة فى عمل الخير ؟
١٤) هل تعتقد أن مقدار سعادتك اليومية يتوقف على لقاءك بالجنس الآخر ؟
١٥) هل تعتقد أن الحب والسلام هما أقوى قوة فى هذا العالم ؟
١٦) هل تشعر بأنك محبوب لدى الأطفال ؟
١٧) هل تشعر بالسعادة عند الإقبال على مصافحة الغير ؟
١٨) هل تجبرك طبيعتك على التعامل بلطف مع الغير ؟
١٩) هل تجبرك طبيعتك على العفو عمن يسيئون إليك عن غير عمد ؟
٢٠) هل تشعر أن عاطفة الحب نحو والديك فى الصغر كانت بدون مقابل ؟
٢١) هل يغمرك الأمل والإيمان بالمستقبل الأفضل للإنسانية ؟
٢٢) هل تعتقد أن الزواج من المسائل الحيوية المهمة والضرورية لكل شاب وفتاة ؟
٢٣) هل يمكنك أن تغسل قلبك ووجدانك من الحقد على الآخرين؟
٢٤) هل تعمل دائما على تخفيف حدة النزاع العائلى كلما دعت الضرورة إلى ذلك ؟
٢٥) هل يمكنك مقاومة الحزن الناشئ عن خيبة أملك فى الناس ؟
٢٦) هل تجد أن واجبك الانضمام إلى الجمعيات العامة ذات الاهتمامات الإنسانية ؟
٢٧) أحيانا هل قد لا تتذكر أسماء من تعرفهم بسهولة ؟
٢٨) هل تفضل أن يكون لك عدد قليل من الأصدقاء ؟

***

* اختبار قيم وميول واتجاهات :

هذا الاختبار يكشف بعض جوانب الشخصية، كما يكشف بعض ملامحها، ويرسم لك الملامح العامة لميولك وقيمك واتجاهاتك ولا يتطلب هذا الاختبار منك سوى الإجابة بنعم أو لا، بكل صدق وأمانة، فإذا كانت الإجابات الإيجابية أكثر من الإجابات السلبية فإن قيمك وميولك واتجاهاتك تكون إيجابية -والعكس صحيح- أى إنه إذا كانت الإجابات السلبية أكثر من الإجابات الإيجابية فإن قيمك وميولك واتجاهاتك تكون سلبية ، ويصبح عليك أن تعمل فورا على تعديل مسار تلك الميول والاتجاهات إلى المسار الإيجابى ، لأن أحد ميزات مثل هذه الاختبارات هو إنها تضع ذواتنا أمام أعيننا لنراها بوضوح ، بكل عيوبها ومميزاتها ، ثم علينا – بعد ذلك – أن نستفيد من رؤية حقيقتنا فنعمل على تنمية العوامل الآتية كما نعمل على تحويل نقائضنا إلى مميزات فى شخصيتنا .. والآن أجب عن الأسئلة التالية لتعرف قيمك وميولك واتجاهاتك :

١) أعتقد فى وجود الجواب الصحيح الكامل لأغلب الأسئلة التى يمكن أن تطرح على الذهن .
٢) أعتقد أن فكرتى عن الحياة نسبية أكثر من غيرى .
٣) أعتقد أن حياتى لم تعد بعد كاملة إلى الدرجة التى أتمناها .
٤) هناك أمور وأفكار لا تقبل المناقشة أو التحليل أو التفكير ويجب أن نقبلها ونؤمن بها كما هى .. مثل الديانات .
٥) أعتقد فى أهمية وضرورة أن يعمل الإنسان من أجل تغيير القوانين .
٦) أشعر أحيانا بأننى أسير الصعوبات والمشاكل التى لا حل لها.
٧) أعتقد أن الالتزام بالنظام سيحقق للوطن وضعا أفضل .
٨) فى كثير من الأحيان يخامرنى الشعور بظلم الحياة لى .

٩) أعتقد أن الحياة ليس لها أى أهداف مسبقة .. وأن كـل منـا يعمل على تحقيق وتحديد أهدافه بنفسه.
١٠) أشعر غالبا بأننى غير راض أو منتم للحياة التى أحياها .
١١) غالبا ما يشغلنى أمر البحث عن قيمتى الشخصية .
١٢) يشغلنى أن تكون لى فلسفة خاصة فى الحياة .
١٣) أعتقد أن هدفى فى الحياة كان مقرراً لى قبل مجيـئ إلـى العالم .
١٤) أشعر دائما أننى فى انتظار ما يقلب حياتى مـن الأحـداث المجهولة.
١٥) لا أعتقد فى قيمة أو جدوى الأفكار والأحاديث الفلسفية .
١٦) أننى مؤمن بالحياة الآخرة .
١٧) أعتقد أن شعورى بضعف قابليتى للحياة يرجع إلى تقـدمى فى السن.
١٨) لا أعتقد أن القيم المحافظة ضرورية للمجتمع.
١٩) أعتقد أننى وعيت حياتى ودروسى جيدا.
٢٠) أعتقد أن القناعة أفضل والزم للحياة من التحمس.
٢١) أعتقد أن للمغامرة والمخاطرة فى حياتى دورا عظيما.
٢٢) أخشى الموت لكننى أعتقد أن فقدى لذة العيش أكثر .
٢٣) لا أعتقد أننى لست مثاليا .
٢٤) أحلم بإنجاز أشياء كثيرة فى تلك الحياة .
٢٥) غالبا ما تشغلنى أسرار ومبهمات الوجود .
٢٦) أعتقد أننا يجب أن نقوم بدور فى حياتنا للآخرين أكبر مـن دورنا لأنفسنا .
٢٧) لا أهتم بالقضايا العامة.. وتشعرنى الاهتمامات السياسـية بالملل .
٢٨) أعتقد أن المشاركة فى الحياة أهم من الحياة ذاتها .

٢٩) أوجه اهتمامى للبحث عن هدف للحياة الدنيا من الاهتمام بالبحث عن أهداف للحياة الآخرة .
٣٠) أعتقد أن أشياء كثيرة جدا فى الحياة لا يمكن تحديدها بالألفاظ .
٣١) غالبا ما يلح على ذهنى التساؤل حول كينونتى : من أكون؟
٣٢) أحيانا أشك وأتساءل حول جدوى الكفاح والجهد فى الحياة .
٣٣) أعتقد أن الحياة قصيرة ولا يستطيع أن يحقق المرء فيها كل أحلامه.
٣٤) أعتقد أن الحقيقة هى ما كانت دائما مناسبة لأهدافى وظروفى .
٣٥) أعتقد دائما أن الغير لا يستحق التضحية .

□□□

* اختبار الطبع :

ليس المقصود بهذا الاختبار تصنيفك ضمن نمط معين من الأنماط الشخصية .

وإنما المقصود هو مساعدتك على التعرف على طباعك ، أو بالأحرى طبيعة سلوكياتك مع الأخرين ، فمن خلال إجاباتك عن أسئلة هذا الاختبار يمكنك الحكم على نفسك – بعد معرفتها – بعد تجليها لك بوضوح بحيث يمكنك معرفة ما إذا كنت شخصا طبيعيا أم أنك مصدر تعب للغير ، إذن ليس المقصود بهذا الاختبار تصنيف شخصيتك وفقا لنظرية الأنماط الجسمية ، إنما المقصود به مساعدتك على وضع ذاتك لبضع لحظات تحت منظار الفحص والمواجهة بحيث تتعرف فى النهاية على الطبع الغالب على سلوكياتك وعلاقاتك وصلتك بالعالم المحيط بك[١].

---

[١] علم النفس فى خدمتك : وليم سرجيوس .

كما أن من فوائد هذا الاختبار أيضا أنه يساعدك على معرفة طبائع الآخرين فى حالة إذا ما تم تطبيقه على من تعرفهم ، فأنه سوف يعطى الكثير من الدلالات والملامح العامة لطباعهم بما يمكنك من التعامل معهم بشكل أفضل . فالمقصود من سائر مثل هذه الاختبارات هو : استخلاص السمات والملامح العامة للشخصية ، طباعها، وميولها، واتجاهاتها، وقيمها، وقياس درجة انبساطها أو انطواء أصحابها وعيوبهم النفسية ومميزاتهم..إلخ .. وإليك أسئلة الاختبار : (إذا أجبت بنعم عل ستة من هذه الأسئلة كنت شخصا طبيعيا ، وإذا أجبت بنعم على عشرة منها كنت

مصدر تعب للغير ، وإذا أجبت بنعم على أكثر من عشرة كنت مصدر نقص لنفسك):

* الأسئلة *

١) إذا قررت القيام بعمل معين هل تقاوم من يحاول أن يجعلك تغير قراراتك ؟
٢) هل يصفك الناس أحيانا بأنك عنيد أو بما يدل على أنك لا تسلم للغير بسهولة ؟
٣) هل أنت حريص على ألا تدع أحدا يحاول أن يخبرك كيف تؤدى الأعمال ؟
٤) هل تستاء من مشورة تقدم إليك دون أن تطلبها ؟
٥) هل يضايقك من أن يقاطع أحد انتظام عاداتك ؟
٦) هل تقدم أحيانا على عمل شئ تعرف أنه خطأ لمجرد أن يرى الغير أنك صاحب شأنك ؟
٧) هل ترفض تغيير طريقتك فى العمل أو الكلام إذا انتقدها أى شخص؟

٨) هل هناك إساءات وجهت إليك فى الماضى وأنت غير قادر على الصفح عنها ؟

٩) هل يطول عليك الوقت للتخلص من غضبك من شخص ما غضبت منه ؟

١٠) هل يلذ لك أحيانا أن تقاوم شخصا وتثبت أنه مخطئ ؟

١١) هل تثابر على التردد على الناس إلي أن يعملوا ما تريدهم أن يعملوه؟

١٢) هل ميلك يوقعك فى المشاكل المتكررة مع الناس ؟

١٣) هل تميل إلي إخفاء أمور كثيرة عن عائلتك أو أصدقائك ؟

١٤) هل تظل تحاول التخلص من خطأ يستمر رغما عن مجهوداتك ؟

١٥) هل تتردد أحيانا فى الارتباط مع أحد خشية أن يحاول قيادتك ؟

١٦) هل تشعر أنك محاصر ومعوق عن العمل لأن شخصًا يهتم بك اهتماما كبيرا؟

_* اختبار الثقة بالنفس :

ما من أحد فى الحياة لا يريد أن يحقق لنفسه النجاح ، أولا يريد لشخصيته أن تبرز بين الشخصيات الآخرى .. لكن بالطبع لا يمكن لأى منا أن يحقق أى قدر من النجاح إلا إذا كان يتمتع بقدر كبير من الثقة بالنفس، فما من نجاح يمكن تحقيقه مهما كان ضئيلا فى ظل الشعور بعدم الثقة بالنفس[1] لذا فقد يكون من الأفضل – هنا – أن تتعرف على مقدار ثقتك بنفسك من خلال الإجابة على مجموعة الأسئلة التالية :

---

[1] طريق للشخصية المعذلية : ججمس بندر ، ت : محمد عبد المنعم للزيادى ،

١) هل تسير رافع الرأس ثابت الخطى ؟
٢) هل تتكلم بصوت واضح مسموع؟
٣) هل أنت مقتنع بإمكان ازدياد مقدرتك ؟
٤) هل تركن لحكمك على الأشياء أم تركن لحكم الغير عليها ؟
٥) هل ترى أن فى وسعك أن تساهم فى جعل العالم مكانا أفضل للعيش فيه ؟
٦) هل تحتفظ ببشاشتك واتزانك فى الوقت الذى يفقد فيه كل من حولك بشاشتهم واتزانهم ؟
٧) هل تتقدم باقتراحات لتحسين العمل الذى تضطلع به أو بجانب منه؟
٨) هل تعنى بمظهرك وهندامك ؟
٩) هل تسيطر على كل جنوح إلى الانغماس فى أحلام اليقظة ؟
١٠) هل تقدم على حل المشكلات الخاصة بالعمل كلما طرأت ؟
١١) هل تعتقد أن باستطاعتك أن تبذل جهدا أكبر مما تبذله الآن؟
١٢) هل تفعل شيئا لإزالة مخاوفك وأسباب قلقك ؟
١٣) هل تسير فى حياتك وفقا لبرنامج يهدف إلى تحسين أوضاعك ومستقبلك ؟
١٤) هل تعلمت أن تحتفظ بهدوئك طوال الوقت ؟
١٥) هل تواصل المضى فى طريقك غير ممتثل للإخفاق إذا صادفك مرة فى حياتك ؟
١٦) هل يعتريك الارتباك حين يقدمك شخص ما تعرفه إلى الغرباء ؟
١٧) هل يحز فى نفسك نجاح الآخرين ؟
١٨) هل تجتهد فى لفت الأنظار إلى شخصك إذا كنت فى احتفال عام أم خاص؟
١٩) هل تحب أن تقول أشياء تؤذى مشاعر الآخرين ؟

٢٠) هل ترضيك المجاملة أكثر مما يرضيك إنجاز عمل ما بين يديك ؟

٢١) هل يشعرك طموحك إلى النجاح بالتعاسة ؟

٢٢) هل تشك فى مقدرتك على اجتذاب الجنس الأخر ؟

٢٣) هل تجتهد فى أن تحجب كل من عاداك فى مجموعة أصدقائك ؟

٢٤) هل تقاطع متحدثا لتدلى بدلوك فى الحديث ؟

٢٥) هل تحاول التأثير فى الأخرين بارتفاع الصوت ؟

*** اختبار .. " القوة النفسية " :**

هذه الاختبارات المهمة المخصصة لتحديد مجموع السمات العامة للنسق النفسى وهى السمات التى تحدد ملامح هذا النسق، على أنه يجب أن ندرك أن القوة النفسية تتحقق خلال السمات الإيجابية، وتقل أو تضعف تدريجيا كلما كثرت السمات السلبية .. ولإجراء هذا الاختبار عليك اختيار ١٥ صفة من الصفات التالية تتطابق مع صفاتك النفسية تمام المطابقة، مع مراعاة الصدق مع النفس فى اختيار الصفات بدقة، وقد وضعنا أمام كل صفة الرقم المخصص لها . وهو الرقم الذى سيتم جمعه فى النهاية ليعطى مجموع الدرجات النهائية :

□□□

*** الأسئلة ***

اختر ١٥ صفة فقط من الصفات التالية ، وأحسب مجموع درجاتها المقابلة بالنسبة لمجموع الدرجات النهائية ، تعرف تقديرك الخاص لقوتك النفسية :

العبارة	نعم	الدرجة
١) النشاط من صفاتى .		٢
٢) أملك قدرة على الإقناع لا بأس بها		١
٣) أنا دائم الملاحظة وتتبع الأشياء .		٢
٤) أنا ..دائم التتبع للموضة .		١
٥) أنا .. أثق فى نفسى .		٢
٦) أنا .. أتمتع بالمثابرة .		١
٧) أنا .. متجدد دائما ومتطور .		٢
٨) أنا .. حريص دائما وحذر .		١
٩) أعتقد أن الهوس أيضا من صفاتى السيئة.		١
١٠) اعتقد أننى عبقرى .		٢
١١) أعتقد أننى أنانى إلى حد ما .		٢
١٢) اعتقد أننى مستقل الشخصية .		٢
١٣) أنا .. حسن الخلق .		١
١٤) يقدرنى الناس .		٢
١٥) يعتبر الحسم من صفاتى .		١
١٦) لست حاسما بدرجة كافية .		٢
١٧) الوفاء أحد الصافت التى أتمتع بها .		١
١٨) أننى أمقت الكلاسيكية .		١
١٩) أننى أتميز بالسرعة .		٢
٢٠) أننى أتميز بالجدية .		٢
٢١) أننى شخص مرهف الحس .		١
٢٢) أنا .. صاحب ضمير حى .		١
٢٣) أننى .. أتميز بالواقعية دائما .		٢
٢٤) أنا .. صاحب شخصية معقدة إلى حد ما.		١

	نعم	الدرجة
٢٥) اننى .. أتميز بالهدوء .		١
٢٦) أملك شخصية تتميز بالانتظام .		٢
٢٧) أنا .. صاحب شخصية قوية .		١
٢٨) أننى .. أيضا أتميز بالشجاعة .		٢
٢٩) يعتبر الحماس من صفاتى المهمة .		١
٣٠) أنا .. صاحب شخصية عملية .		٢
٣١) أنا .. صاحب شخصية منفتحة .		٢
٣٢) أعتقد أننى أميل إلى الطمع أحيانا .		١
٣٣) أنا .. شخص متفهم .		١
٣٤) أحيانا أشعر أن الغباء يعترينى .		١
٣٥) التواضع من صفاتى أيضا .		١
٣٦) أنا شخص اجتماعى بالطبع .		١
٣٧) أنا شخص يتميز بالمرونة .		٢
٣٨) أعتقد أن التسرع من صفاتى .		٢
٣٩) أن لى طبيعة تتميز بالانفعالية .		١
٤٠) أنا .. شخص منغلق على الذات .		١
المجموع		——

* اختبار .. " الشخصية " :

المقصود بهذا الاختبار هو : اختبار السمات الإيجابية والسلبية، والاتساق مع النفس والعالم ، وقوة التفكير ، وتكامل الشخصية عموما، وعدم التناقض بين الأفكار والسلوك .. وما إلى ذلك .

وهو اختبار يتضمن عدة أسئلة ، عليك الإجابة عليها بـنعم أو لا، ثم تقدير الدرجات المناسبة وفقا للدرجات المقدرة لكل إجابة على السؤال الخاص بها[١].

* الأسئلة *

السؤال	نعم	لا
١) قليلا ما أندفع وأتسرع فى التصرف .	١-	١+
٢) فى الغالب أفكر قبل الإقدام على الفعل .	١-	١+
٣) لا أستسلم إذا لم تسر الأمور جيدا .	٠	١+
٤) أخضع نتائج أعمالى للفحص باستمرار .	١-	١+
٥) أنا شخص .. نشيط .	١+	١-
٦) ما أفعله ليس بالضبط هو كل ما أريده حقا .	١+	١-
٧) يصفنى الناس بالغباء .	١-	١-
٨) أتحفظ فى تصرفاتى واحكمها بالعقلانية.	١-	١+
٩) أمقت الفشل .	١-	١+
١٠) اختلافى عن الآخرين ليس عظيما .	٠	١+
١١) لا يهمنى أن أكون غير محبوب من الناس .	١+	٠
١٢) أعتقد أننى أملك حرية أكثر من غيرى .	١+	١+
١٣) أعتقد أن التفاخر (أحيانا) ليس من الأشياء السيئة .	١+	١-
١٤) أعتقد أن عملى منتظم إلى غير حد .	١-	١+
١٥) أعتقد أننى أسعد الناس .	١-	١+
١٦) أعتقد أن أغلب مشاكلى من التدخل فيما لا يعنينى .	٢+	٢-

---

[١] للشخصية العبقرية : عاطف عمارة ، هلا بوك شوب ، ١٩٩٦ .

	نعم	لا
١٧) أقدم على المخاطرات حتى غير المضمون نجاحه منها .	١+	١−
١٨) معظم سلوكياتي خاضعة للنقد الذاتي دائما .	١+	١−
١٩) أمقت المفاجآت .	١−	١−
٢٠) أنا ضعيف الحماس .. غالبا .	٢−	٢+
٢١) قوتي على مواجهة الشدائد .. أكثر من غيري.	١+	١−
٢٢) في الغالب أميل إلى الوحدة .. حتى أعالج مشاكلي .	٢+	٢−
٢٣) أتمتع بشخصية معقدة .. أكثر من غيري .	١+	١−
٢٤) غالبا ما أفتقر إلى الواقعية .	١+	١−
٢٥) أصر على تحقيق أهدافي ولو ضحيت من أجلها براحتي .	١+	١−
٢٦) أعتقد أنني منفتح على الناس .	١+	١−
٢٧) أعتقد أن الكمال مسألة نسبية .	١−	٠
٢٨) أحيانا استخدم المناورة لإخفاء انفعالاتي السلبية .	١+	١−
٢٩) أملك قدرة التشدد في محاسبة النفس على الإخفاق .	١+	١−
٣٠) أنا شخص كثير النسيان .. ضعيف الذاكرة .	١+	١−
٣١) أمقت الفوضى .	١−	١+
٣٢) المشاكل التي تخصني أكثر من مشاكل الناس.	١−	١+

	نعم	لا
٣٣) نادرا ما أخطئ فى ابتداء أعمالى .	٠	٠
٣٤) أعتقد إننى مفكر .. من النوع المنغلق على نفسه .	١+	١-
٣٥) أملك قدرة التكيف مع الناس – غالبا .	١+	١-
٣٦) أنا شخص كثير الاعتماد على عواطفه .	١+	١-
٣٧) أملك قدرة الخوض فى مشاكل المدينة العامة.	١+	١-
٣٨) غالبا ما أضع حلول مشاكلى بسرعة وحسم .	١-	١+
٣٩) لا أهتم بالأخطاء التى أرتكبها .	١-	١+
٤٠) أعتقد أن الاستقلال من شروط السعادة الشخصية .	١+	٠
٤١) أثق بنفسى ثقة عظيمة .	٢+	٠
٤٢) أستخدم الجرأة فى أعمالى .	١+	١-
٤٣) أستخدم الحسم لإنهاء مشاكلى .	٢+	٢-
٤٤) غالبا ما تعم الفوضى مسكنى .	١+	١-
٤٥) لا أعتقد أننى أقوى أو أضعف من غيرى نفسيا .	٢+	٢-
المجموع	ــــ	ــــ

* مقياس .. " تقدير الشخصية "

يصدر الناس فى حياتهم العادية كثيرا من الأحكام الشخصية؛ فصاحب العمل أو رئيسه يختار موظفيه ، ويقرر القاضى فى المحاكمة إدانة المتهم أو براءته، وكل منا يجد الأصدقاء الذين نرغب فى تنمية

صداقتهم. والمقياس التدريجي ما هو إلا وسيلة يمكن بواسطتها أن يسجل أحد الأشخاص أحكامه على فرد ما وفقا للصفات المحددة في المقياس. ويوضح "الجدول" التالى أحد أنواع هذه المقاييس وقد مثلت فيه كل صفة معينة بخط مستقيم قسم إلى أجزاء ، ويوضح كل طرف من طرفى الخط أقصى درجات التطرف فى هذه الصفة .

ويقوم المختبر بوضع العلاقة المناسبة للفرد المختبر على المكان الملائم من المقياس . ويتطلب إجراء هذا الاختبار أن يكون المختبر على درجة كبيرة من التفهم لكل من المقياس وللفرد المراد اختباره . وإذا استخدم هذا المقياس بدقة يصبح وسيلة مفيدة جدا في تسجيل الأحكام على الأخرين[1].

مقياس .. " السمات الشخصية "

هل يمكن الحصول على قائمة مختصرة للصفات يمكن استخدامها فى تحديد خصائص الناس جميعهم ؟

لقد وصلت إحدى الدراسات إلى حصر ١٧٩٥٣ كلمة استعملت فى تمييز سلوك فرد واحد عن سلوك باقى الأفراد ، ولقد اتبعت عدة طرق مختلفة لاختصار هذه الصفات الكثيرة وتحديدها فى صفات أو أبعاد رئيسية عامة يمكن استخدامها أساسا لقياس الشخصية . وكان من بين هذه الطرق طريقة " التحليل العاملى " الصفات رئيسية عامة ، يمكن استخدامها كأساس لقياس الشخصية ، كأن توضع بعض الصفات المتقاربة فى مجموعة متشابهة تندرج تحت صفة رئيسية واحدة. وفى هذه الطريقة يختصر عدد كبير من الصفات المتقاربة ، وتوضع كلها تحت صفة رئيسية واحدة أو أصل رئيسي واحد ، بحيث يمكن استخدام تسمية واحدة لمجموعة من الصفات المتشابهة ، ثم تتخذ الصفات الرئيسية كأساس للقياس[2].

---

[1] مختارات من علم النفس : أرنست هلجارد : ت: عبد الرحيم عجاج ، الألف كتاب الأولى (١٥٤) :

[2] أرنست هلجارد : المرجع السابق .

وفيما يلى : صفات أساسية (رئيسية) وما يندرج تحتها من صفات ثانوية. وقد استخدمت فى أحد المعامل السيكولوجية أثناء إجراء أحد البحوث النفسية ، وتمثل : الصفات العامة التى كشف عنها التحليل العاملى لمجموعة من التقديرات الفردية :

الصفات العامة مستخلصة

من التحليل العاملى الصفات الفردية كما قدرت

(١) القدرة على التكيف الاجتماعى :

مرح – مكتئب – ثرثار
صموت – متأمل – مغامر
حذر – مرن – متعصب
رابط الجأش – قلق

الصفات العامة مستخلصة

من التحليل العاملى الصفات الفردية كما قدرت

(٢) الضبط الانفعالى :

رزين – تسهل استثارته
معتمد على نفسه – معتمد على غيره
رابط الجأش – حذر – واضح الاستعداد للتعاون
تعبيره الانفعالى محدود – غير متعاون.

(٣) التلاؤم :

يميل إلى الجد – مستهتر
يثق بالناس – كثير الظنون
طبيعته خيرة – ييسر الأمور – أنانى
حى الضمير – خرب الذمة

(٤) الذكاء المكتسب :

ميوله واسعة – ميوله ضيقة ذو عقلية مستقلة – ذو عقلية تابعة (إمعه) له قدرة على التخيل – محود التخيل متعاون.

(٥) الثقة – التعبير عن الذات : يؤكد نفسه – خاضع

متحدث – صامت – متأمل يظهر ميلا واضحا للجنس – محدودا صريح (معبر) – كتوم – متحفظ .

*** اختبار .. " ذكاء " [١]**

يعد هذا الاختبار المكمل لاختبارات قوة الملاحظة وقوة البديهة، وهو يعد من النماذج الكثيرة المتنوعة لاختبارات الذكاء، فقد يبنى نموذج اختبار الذكاء على اكتشاف المتشابهات أو المتناقضات فى تركيب مجموعة من الكلمات ، وقد يبنى على اكتشاف التماثل التشبيهى فى جملة ، مثل : "الأب للأم كالزوج للأخضر ، للزوجة ، للأحمر ، للعمل ". وقد يستعاض عن الكلمات بالأشكال الهندسية أو الأرقام ، لكن يظل الهدف من اختبار الذكاء فى النهاية هو تحديد "مستوى الذكاء " بدقة وتعين المستوى الفعلى للأداء العقلى بحيث نتمكن من تصنيف الشخص الخاضع للاختبار فى مستويات محددة على ضوء التقدير الثابت المعترف به لدى علماء النفس لمقاييس الذكاء ، فقد تم بالفعل تصنيف وتوزيع الأفراد إلى فئات مستوى الذكاء والنسبة المئوية التى تحتلها كل فئة بالنسبة لمجموع السكان على النحو التالى :

التصنيف	معدل الذكاء	النسبة المئوية
١) موهوبون جداً	(١٤٠ – فما فوق)	١
٢) موهوبون	(١٢٠ – ١٣٩)	٢,٥
٣) أعلى من المتوسط	(١٠٠ – ١١٩)	١٦
٤) متوسطون	(٨٥ – ٩٩)	٤٥
٥) أقل من المتوسط	(٨٠ – ٨٤)	١٦
٦) مجموعة : بين بين	(٧٠ – ٧٩)	٨
٧) متأخرون عقليا	(٦٠ – ٦٩ – فأقل)	١

والآن ، نقدم هذه المجموعة من الكلمات وعليك اكتشاف الكلمة الدخيلة على كل مجموعة ، بحيث تعطى نفسك خمس درجات لكل إجابة صحيحة، ثم اجمع مجموع درجاتك فى النهاية لتقدر مستوى ذكائك :

*** مجموعة الكلمات الإختيارية :**

١- بيرون ، بودلير ، باستور ، شيلى .

الكلمة الدخيلة هى :.....................

٢- خبز ، حلوى ، خضر ، لحم .

الكلمة الدخيلة هى :.....................

٣- وقت ، ساعة ، دقيقة ، يوم .

الكلمة الدخيلة هى :.....................

٤- جهاز الهواء، الكاربراتير ، عربة ، جهاز حفر المعادن.

الكلمة الدخيلة هى :.....................

٥- موسيقى ، عود ، لحن ، نغمة .

الكلمة الدخيلة هى :.....................

٦- إيطاليا ، فرنسا ، السويد، مصر .

الكلمة الدخيلة هى :.....................

٧- إدارة ، قلاب ، بيع ، شراء .
الكلمة الدخيلة هى :....................
٨- صراخ ، ثرثرة ، زعيق ، هتاف .
الكلمة الدخيلة هى :....................
٩- ورق ، حبر ، كتابة ، قلم رصاص .
الكلمة الدخيلة هى :....................
١٠- اتجاه ، زاوية ،خط الطول ، بوصلة .
الكلمة الدخيلة هى :....................
١١- علم الحياة ، علم الكيمياء ، طيران ، علم النفس .
الكلمة الدخيلة هى :....................
١٢- بحر ، بحيرة ، نهر ، جزيرة .
الكلمة الدخيلة هى :....................
١٣- أهلية ، تفوق ، امتياز ، ثناء .
الكلمة الدخيلة هى :....................
١٤- شجرة ، غابة ، حرش ، حرجة .
الكلمة الدخيلة هى :....................
١٥- مباحثة ، مناقشة ، مجادلة ، مغزى .
الكلمة الدخيلة هى :....................
١٦- كلية ، مكتبة ، جامعة ، مدرسة .
الكلمة الدخيلة هى :....................
١٧- أحمر وردى ، أصفر ، أخضر ، مظلم .
الكلمة الدخيلة هى :....................
١٨- رعب ، مصيبة ، خوف ، فزع .
الكلمة الدخيلة هى :....................

المجموع :....................

*** الإجابات الصحيحة :**

وهى الكلمات التى يجب اختيارها واحتسابها فى النتيجة الأخيرة لهذا الإختيار وبيانتها كالتالى :

(١) باستور	(٢) حلوى	(٣)وقت	(٤) عربة
(٥) عود	(٦) مصر	(٧) قلاب	(٨) ثرثرة
(٩) كتابة	(١٠) بوصلة	(١١) طيران	(١٢) جزيرة
(١٣) ثناء	(١٤) شجرة	(١٥) مغزى	(١٦) مكتبة
(١٧) مظلم	(١٨) مصيبة		

* اختبار .. " قوة الملاحظة والبديهة "

لما كانت العبقرية تعتمد على الذكاء فى جانب عظيم منها فالعبقرية يجب أن يتوافر فيها الذكاء وقوة البديهة ، والثقة بالنفس ، وقوة الملاحظة، والقوة النفسية التى تميز " النمط النفسى " المميز للشخصية العبقرية .. ولما كان كل منا يسعى إلى معرفة مكانته بين الشخصيات العبقرية فقد رأينا أن نضم إلى هذا الكتاب مجموعة الاختبارات الرئيسية الخاصة بالعبقرية أو الذكاء وهى اختبارات قوة البديهة والملاحظة ، والشخصية ، والذكاء، ويمكن لكل قارئ الاستعانة بتلك الاختبارات لتحديد مكانته أو موقعه الفعلى بين الشخصيات العبقرية .. ولنبدأ باختبار قوة الملاحظة[1] :

* اختبار .. قوة الملاحظة :

ويتضمن أمثلة لقياس كفاءة قدرة الاكتشاف السريع "قوة الملاحظة" فيما يلى :

١- اكتشاف الكلمة الدخيلة فى الكلمات التالية :

(واحد ، سبعة ، خمسة ، أخضر).

---

[1] للشخصية العبقرية : للمؤلف : سابق .

٢- اكتشاف المربع الدخيل بين أربعة مربعات
يضم المربع الأول الأرقام : (٦، ٢، ٢، ٤) ، والمربع الثـانى : (٥ ، ١، ٣، ٦) ، والمربع الثالث : (٦، ٦، ٤، ٢) ، والمربع الرابع: (٨، ٤، ٦، ٤) .

٣- اكتشاف اليوم الذى يتبع الأيام التالية :
(أحد ، ثلاثاء ، جمعة ، خميس).

٤- أكمل الأرقام التالية : (١٨٨١ ، ٢١١٢، ٢٤٤٢ ، ،)

٥- اكتشاف المربع الدخيل بين أربعة مربعات
يضم الأول الأرقام : (٥، ٨، ٦، ٧) ،
والثانى الأرقام : (١، ٤، ٢، ٣) ،
والثالث الأرقام: (٢، ٥، ٣، ٤) ، والرابع : (٤، ٦، ٥، ٧)

* **النتائج الصحيحة :**

١) أخضر ٢) المربع الأول ٣) جمعة
٤) ٤١١١١٤ ، ٨٣١١٣٨ ٥) المربع الثالث .

* اختبار قوة البديهة :

ويتضمن هذا الاختبار أمثلة لقياس كفاءة سرعة البديهة فيما يلى:

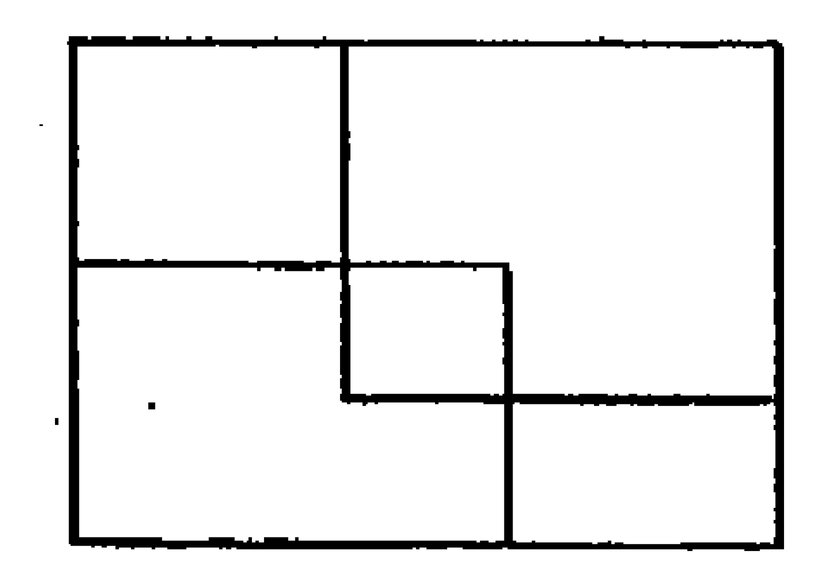
١- اكتشاف الرقم الناقص بين الأرقام التالية التالية :
(٥، ٣، ١/ ٦، ٤، ٢/ ٧، ٣،) .

٢- أكمل الأرقام التالية : (٨، ٣، ٢/ ١، ٧، ٤/ ٢، ٥،).

٣- أكمل الأرقام التالية : (٧، ٣، ٥/ ٧، ٣، ٤/ ، ،، ٩) .

٤- أكمل الأرقام التالية : (، ،، ١/ ٨، ٣، ٤/ ١، ، ٧) .

٥- كم عدد المربعات فى هذا الشكل :



* النتائج الصحيحة :

١) الرقم ٥ ٢) الرقم ٩ ٣) الرقم ١

٤) الرقم ٧ ٥) ٦ مربعات

اختبار .. " القدرة على حل المشكلات " .

المقصود من هذا الاختيار هو: قياس قدرة الكفاءة الفعلية لحل المشكلات، وكيفية قياسها هو : الإجابة عن الأسئلة التي يتضمنها الاختيار، وأمام كل سؤال درجاته التي تحدد حاصل الإجابة، فإذا جمع القارئ حاصل إجاباته عن جميع الأسئلة ، استطاع تحديد كفاءة قدرته فيما إذا لم تقل عن ٧٥ درجة.......... ويمكن إجمال أسئلة هذا الاختبار فيما يلي [١]:

	نعم	نعم	نعم
١- أميل إلى معالجة المشاكل غير المعقدة .	١-	٠	١+
٢- يمكنني تحليل المشكلة بسرعة لكني أبطئ في الحل الفعلي .	٢-	٠	٢+
٣- أغير طريقتي في حل المشاكل بسرعة إذا لم تكن صحيحة.	١+	٠	١-
٤- أتمتع بالصبر وطول البال في معالجة المشاكل التي تحتاج إلى وقت طويل.	١+	٠	١-
٥- أجيد فن التفكير .	١+	٠	٠

---

(١) الشخصية العبقرية : للمؤلف : سابق .

	نعم	نعم	نعم
٦- لا يمكننى الاعتماد على الحدس في معالجة المشاكل .	٢-	٠	٢+
٧- لست عبقريا .	١-	٠	٢+
٨- أمقت الأسئلة الدالة على الغباء .	١+	٠	١+
٩- أحتد إذا منعت من عمل يسعدنى.	١+	٠	١-
١٠- تفكيرى دائما غير مرتبط بإرادتى .	١+	٠	١-
١١- أفكارى جيدة فى وقت الفراغ .	١+	٠	١-
١٢- كثرة الأفكار تسبب لى الأرق .	١+	٠	٠
١٣- أتمكن من تقدير المشكلة بشكل فورى .	٢-	٠	١-
١٤- البحث عن معلومات محددة يثير قدرا عظيما من اهتمامى .	٢-	٠	٢+
١٥- أعتقد فى أهمية التفكير المنطقى لحل المشاكل .	١-	٠	٢+
١٦- إهمال الأفكار المنطقية فى حل المشاكل كل يدل على عدم منطقية الشخص.	١٢+	٠	١+
١٧- أجمع معلومات كافية عن المشكلة قبل الإقدام على حلها.	١-	٠	٢-
١٨- لا أطرح أسئلة تؤدى إلى تضييع الوقت .	١-	٠	١+
١٩- لا أهتم بالمشاكل المعقدة أو التى تبدو مستحيلة الحل .	١+	٠	١+

	نعم	نعم	نعم
٢٠- مـــع المشـــاكل المعقـــدة أو المستحيلة أجرب حلولا لا تخطر على البال .	+١	٠	-١
٢١- آرائى دائما متعددة أكثـــر مـــن غيرى أمام كل مشكلة .	+١	٠	-١
٢٢- أعتقد أن خيالى رحب .	+١	٠	-١
٢٣- مقدرتى على العمـــل بصـــرف النظر عن حالتى النفسية جيدة .	+١	٠	٠
٢٤- أملـــك قـــدرة التفكيـــر تمامـــا كالأطفال .	+١	٠	-١
٢٥- أحلام اليقظة تسهم بالأفكار فى الحلول والخطط لمشكلاتى .	+٢	٠	-٢
المجموع	ـــــ	ـــــ	ـــــ

* اختبار " للنجاح الزواجى " :

هذا الاختبار من الاختبارات المكملة لمجموعة اختبارات تكشف عن القدرة على التواصل مع الآخرين ، كما تكشف بنفس القدر عـــن بعض الاتجاهات الشخصية، وتقـــدير الـــذات، والنضـــج العـــاطفى، والنموذج الاختبارى الذى نقدمه هنا هو أحد هذه الاختبارات المتعـــددة الفائدة والهدف.. ويمكن الإجابة على الأسئلة التالية لتحديـــد مســـتوى النجاح -خاصة- فى العلاقات العاطفية والزوجية ، وقد راعينـــا فـــى اختيار الأسئلة أن تكون مناسبة لطرفى العلاقة الزوجية[1] معا ، فـــإذا

[1] طريق للشخصية للجذابة : مرجع سابق .

كانت الإجابة بنعم على أكثر من نصف الأسئلة فإنـك تكـون ممـن يعرفون كيف يحققون لأنفسهم النجاح فى حياتهم الزوجيـة ، أمـا إذا كانت الإجابة بلا على أكثر من نصف الأسئلة فلا شك أنك تعانى من عدم الاستقرار فى حياتك الزوجية ، كما تعانى من عدم التفهم للطرف الآخر ، عندئذ توشك حياتك الزوجية أن تتهددها المخاطر[1] :

* الأسئـلـة *

١- هل هناك قواسم مشتركة بينك وبين شريك حياتك ، كالعمل الواحد ، أو التعليم الواحد أو الأحلام المشتركة ؟

٢- هل تشرك شريك حياتك فى أحلامك وأفكارك ومشروعاتك ؟

٣- هل تقدم بعض التنازلات التى تؤدى إلى التفاهم والوئام بينك وبين شريك الحياة ؟

٤- هل تحاول التخلص من الأنانية والصلف والكبرياء فى تعاملك مع شريك الحياة؟

٥- هل تتجاهل العيوب الصغيرة فى شريك الحياة ؟

٦- هل تشعر بعدم التوافق فى الميول والمشارب والأفكار بينك وبين شريك الحياة ؟

٧- هل أقدمت على الزواج بعد فترة طويلة من التعارف والتفهم للطرف الأخر؟

٨- هل أقدمت على الزواج بناء على رغبة فى الهرب من مشاكل الأسرة أو العمل أو الهرب من حب فاشل ؟

٩- هل تشعر أنه ليس بمقدورك تحمل مسئولية أعباء الزواج ؟

١٠- هل تميل إلى السيطرة التامة على شريك حياتك ؟

١١- هل تنتقد طريقة زوجتك فى الطهى ؟

---

[1] طريق للشخصية للجذابة : مرجع سابق .

١٢- هل تؤاخذ زوجتك إذا تصرف أولادك تصرفا غير لائق ؟
١٣- هل تتبرم بزيارة أقارب زوجتك ؟
١٤- هل تفرض على زوجتك ما يجب أن ترتديه من الثياب ؟
١٥- هل تبدى التلطف والحنان والعطف إذا توعكت زوجتك ؟
١٦- هل تنتقد شريك الحياة أمام الضيوف ؟
١٧- هل تصدر شخيرا أثناء نومك ؟
١٨- هل تهمل اصطحاب زوجتك فى نزهة اعتيادية ؟
١٩- هل تستيقظ من نومك ساخطا ؟
٢٠- هل تعتذر إذا وقع منك ما يسئ إلى الطرف الأخر ؟
٢١- هل تنسى تاريخ زواجك ؟
٢٢- هل تثبط عزيمة زوجتك إذا أبدت اهتماما بهواية معينة ؟
٢٣- هل تقاسم زوجتك بالتساوى فى دخلك
٢٤- هل تحرم على زوجتك بعض ما تفعله أنت ؟
٢٥- هل تتبرم إذا تحدثت زوجتك إلى حد فى حفل يضمكما ؟
٢٦- هل تحاولين استرداد عطف زوجتك باصطناع المرض ؟
٢٧- هل تستعينين باصطناع الغضب على حمل زوجك على تلبية مطالبك ؟
٢٨- هل تصرين على الاسترسال فى حديث غير مهم رغم ما يسببه لزوجك من ضجر وملل ؟
٢٩- هل تشجعين زوجك على اتخاذ هواية ؟
٣٠- هل يتهمك زوجك باختلاق أسباب النكد ؟
٣١- هل يستمد زوجك منك حافزا على تحسين أحواله ؟
٣٢- هل تحتفي بضيوفكما مما يجعل زوجك فخورا بك ؟
٣٣- هل تهملين زينتك وهندامك طالما أنت فى البيت ؟
٣٤- هل تشاركين زوجك فى همومه ومتاعبه ؟
٣٥- هل تتجاوزين مصروفك الشخصى فى الإنفاق ؟

٣٦- هل تشجعين زوجك على اتخاذ مواقف إيجابية فى الحياة ؟
٣٧- هل تدبرين ميزانية البيت على وجه مرض؟
٣٨- هل تنظرين إلى زوجك على أنه مثل أعلى فى ناحية من النواحى ؟
٣٩- هل تتميزين بصوت ناعم حلو خفيض
٤٠- عندما يضمك حفل ، هل تلذ لك صحبة زوجك ؟

***

اختبار .. " النضج العاطفى"

وهو اختبار لكفاءة نمو وتطور الشخصية وقياس نضجها فى مرحلة الرجولة ، على أن يؤخذ فى الاعتبار أن الرجولة النفسية أو العاطفية ما هى إلا موقف متزن من مواقف الحياة المختلفة .

وهى فى الوقت ذاته ليست على طرف نقيض من المرح والانطلاق على السجية والصدق ، وليس ذلك تجسيد السمات السلبية مثل : الخشونة، والتزمت، والتعالى ، والصلف ، والغرور ، فالنضج يعنى توصل الشخصية إلى التخلص من كافة هذه السلبيات ، كما يعنى نمو الشخصية عبر العديد من التجارب التى يترتب عليها ثراء الشخصية ونضجها العاطفى والنفسى والإنفعالى بحيث يتحقق التكامل والتوازن بين كافة عناصر ومكونات الشخصية ، ولقياس درجة النضج العاطفى إليك الأسئلة التالية[1] على أن تعطى لكل إجابة منها ٤ درجات :

١- هل تسلم نفسك للإخفاق بسهولة ؟
٢- هل تغلب عليك الكآبة ؟
٣- هل تحرص على أن تجذب إليك أنظار الآخرين بمختلف الوسائل ؟

[1] الشخصية العبقرية : للمؤلف : سابق .

٤- هل ينتابك الشعور بالخوف عند الإقدام على مواجهة المشاكل؟
٥- هل تستبد برأيك وتعاند آراء الآخرين ؟
٦- هل يحكم الارتباط الأسرى علاقاتك بأسرتك ؟
٧- هل تقر بالخطأ عندما ترتكبه ؟
٨- هل تتسم شخصيتك بالاستبداد وحب السيطرة ؟
٩- هل تلقي تبعة أخطائك وإخفاقك على الغير ؟
١٠- هل تسمح لنفسك بالانفعال إذا ما ساءك شئ ؟
١١- هل تكدر المنغصات التافهة حياتك ؟
١٢- هل أنت مصدر استياء للأصدقاء ؟
١٣- هل تسيطر عليك الغيرة إزاء نجاح الآخرين ؟
١٤- هل تكره الغير وتفاخر بكراهيتك لهم ؟
١٥- هل أنت حاقد على الحياة ؟
١٦- هل تشعر بالظلم الواقع عليك وبعدم العدل ؟
١٧- هل تطمح إلى التقدم بمستواك المعيشى ؟
١٨- هل تمقت الانفراد .. والتفرد ؟
١٩- هل يسيطر عليك الشعور بضرورة الانتحار ؟
٢٠- هل تدفع الآخرين إلى مشاركتك فى العواطف ؟
٢١- هل تندم كثيرا على أقوالك وأعمالك التى صدرت منك ؟
٢٢- هل يرتكز وجودك إلى رؤية فلسفية فى الحياة ؟
٢٣- هل تسير حياتك وفقا لخطة معينة فى علاقاتك الزوجية والعائلية والأسرية؟
٢٤- هل رسمت لنفسك خطة للنجاح فى الحياة عموما ؟
٢٥- هل تشعر بقلة من يحبونك أو يهتمون بك فى الحياة ؟

***

يقول "وليم سرجيوس": فى كتابه "علم النفس فى خدمتكم" عن كيفية الاستفادة بالاختبار السابق :

" اجمع الدرجات التى تعطيها لنفسك فتدلك على النسبة المئوية للطفولة فى نفسك ، فإذا كانت درجاتك دون العشرة فى المائة فأعلم إنك ناضج من الناحية العاطفية إلى غاية ما يمكن أن يطمع فيه إنسان من النضوج .. على أنه إذا أردت حياة صحيحة ، مدركة ، نافعة ، فينبغى ألا تزيد نسبتك المئوية عن ٢٥%.

أما إذا كانت نسبتك المئوية أعلى من ذلك ؛ فأعلم أنك تضييع قواك فى ناحية من النواحى . ومن ثم يلزمك التوقف لتدرس حالتك ، حتى تتعرف على تلك الناحية وتوقف ضياع نشاطك النفسى فيها ".

اختيار .. " الصحة الروحية "

عندما تصاب بالمرض فإنك لا تمرض فقط فى المكان الذى يؤلمك ، بل تصبح كليا مريضا ، ولذلك فأنت كلك يجب أن تعالج. وعندما تكون مريضا أو سليما فأنت تمثل شخصين مختلفين ، وإذا أردت أن تنتقل من أحداهما إلى الآخر فيجب أن تعيد بناء شخصيتك ، وما نتكلم عنه كفضائل فى المجال الخلقى والدينى ما هو إلا طرق للتفكير والسلوك المشجعة للصحة فى المجال الطبى ، وإذا أردت الصحة الجيدة فيجب ألا تعبر تعبيرا معقولاً عن حاجاتك الغريزية فحسب. بل أيضا أن تعبر تعبيرا سليما عن حاجاتك الروحية ، لذلك يجب أن نتعود على القيام بجرد صحى نصف سنوى لنفسك.

والجدول التالى يحتوى على مجموعة أسئلة تساعدك على إجراء هذا الجرد، فقط أجب على أسئلته بكل صدق وأمانه وستجد أنه ينقسم إلى (أ) و (ب)؛ حيث تدل (أ)على المساعدات الروحية التى يجب أن تلجأ إليها لدرء ما يهددك من أخطار، بينما تدل (ب) على احتمالات الخطر الروحى التى قد تتعرض لها .. فإذا أجبت بنعم عن أكثر الاحتمالات فى (ب) فأنت معرض للخطر الروحى وتحتاج إلى العلاج بالإيحاء الذاتى وباستخدام المساعدات الروحية المذكورة .

* الاختبـــــار *

(أ)	(ب)
١) أقوم بمجهود لكى أرى الصفات الجيدة عند الآخرين	- لا أكاد أرى فى الناس شيئا إلا الصفات السيئة .
٢) لا أهتم بما يظنه الناس عنى، طالما كنت أحترم الناس مخلصا .	- سأقوم بأى شئ لأجعل الناس يحبوننى مهما كلفنى الأمر .
٣) أنسى الإهانات بعد وقت معقول .	- لا أنسى الإساءة أبدا مهما طال الوقت .
٤) أحاول أن أكون أمينا .. لأنى أريد أن أحترم نفسى صادقا .	- أحاول أن أكون أمينا .. خوفا من أن يكتشف الناس أمرى على حقيقته .
٥) أعتقد أن أهم ما يملكه الإنسان هو : احترام الذات وهدوء البال .	- أعتقد أن أهم ما يملكه الإنسان هو: المال والسلطان فحسب.
٦) ما دام كل شخص إنسانا فإنى أشعر أن الناس يعاملوننى معاملة طيبة .	- أعتقد أن الناس ضدى لأنهم لا يعاملوننى معاملة طيبة كما أرجو .
٧) أضع مستويات عالية لنفسى .. لكنى مع ذلك لا أتوقع الكثير منها .	- أتوقع أن يكون الناس كاملين .. مثلى وكما أنا كامل .
٨) أحاول أن أتبع فى حياتى سياسة معية هى : عش ودع الناس يعيشون.	- نادرا ما أجعل فرصة تمر حتى أنصح الناس وأوجههم.
٩) أحاول أن أفهم من يبدو مختلفا عنى .	- لا أستطيع أن أتحمل من هو مختلف عنى .

(أ)	(ب)
١٠) أثق بأى شخص .. حتى يبدو منه التصرف الذى يدعونى إلى عدم الثقة به .	– أميل إلى الشك فى معظم الناس .. لأن الشك أفضل من الثقة العمياء .
١١) أنظر إلى المتاعب كشئ يتحدى الأخلاق ويختبرها.	– أنظر إلى المتاعب على أنها دليل سوء الحظ .
١٢) ولو أننى أكره الإخفاق.. إلا إننى لا أدعه يمنعنى من إعادة المحاولة .	– أكف عادة عن العمل بعد الإخفاق.. لإن الإخفاق يشعر بالعجز .
١٣) احب أن أرى جميع الناس يحققون النجاح فى حياتهم باستمرار .	– لا أظن أن أغلب من أعرفهم من الناس يستحقون النجاح حقا .
١٤) أعتقد أن جارى يستحق فعلا أن أتعرف به إذا كان يحبنى لذاتى .	– أعتقد أن جارى سوف يحبنى إذا ما أظهرت له أننى أكثر منه ثروة أو لا أقل عنه غنى.
١٥) أدع غيرى من الناس يلقون التهم .	– أترك لنفسى العنان فى الحكم على الآخرين .
١٦) أحاول أن أمنع نفسى من الحكم على الناس عندما أسمع نقدهم .	– أصدق عادة نقد الآخرين لأنهم يرون دائما الحقيقة من الخارج .
١٧) أجد السرور أحيانا فى أن أكون وحيدا.	– أخشى الوحدة كثيرا .
١٨) أحاول أن أحكم على الناس بما هم عليه .	– أحكم على الناس بما عندهم.
١٩) أحاول بجدية أن أعمل على ضبط شهواتى الجسمية .	– لا أضبط شهواتى الجسمية إلا إلى الحد الذى أضطر إليه.

(أ)	(ب)
٢٠) أنظر إلى الناس جميعهم على أنهم سواسية معي.	- أنظر إلى معظم الناس على أنهم أقل مني .
٢١) دائما ما أتجنب الشكوى	-أريد أن يشعر الناس نحوى بالآسف .
٢٢) أتصور أن لكل شخص متاعبه.	-لا أتصور أن إنسانا ما عنده متاعبى .
٢٣) أبذل مجهود كبيرا لأقدر إحساسات الناس ومشاعرهم ومصالحهم .	- لا أهتم أبدا فى غالب الوقت إلا بمن هم رقم [١] .
٢٤) يسرنى دائما أن أقوم بالعمل الجيد .. فى نظير الأجر الجيد.	- يسرنى دائما أن أرى ما يمكن أن أحصل عليه ولو بدون جهد .
٢٥) أحاول عندما أنتقد أن أزن النقد وأن أقبل ما يبدو منه صحيحا.	- أشعر غالبا بالاستياء الشديد من أى نقد يوجه إلى شخصى .

اختبار .. " الميول المهنية "

النجاح فى العمل يتطلب حب المهنة ، عليك إذن أن تتعلم كيف تحب مهنتك ، فإن لم تستطع فعليك أن تغيرها وأن تبحث لنفسك عن المهنة التى تحبها، والأسئلة التالية تساعدك على إختيار مهنتك فأجب عنها بنعم أو لا ، ومجموع إجابات من ستجد أمامه المهنة المناسبة فى الجدول التالى للأسئلة :

* الأسئلة *

١- هل تحب مطالعة كتب الفنون والآداب والطبيعة ؟
٢- هل تتقن اللغات الأجنبية ؟
٣- هل تحب الرسم ؟
٤- هل تحب العلوم الرياضية وتحذق الرياضيات ؟
٥- هل تحب إصلاح المصنوعات الخشبية ؟
٦- هل تحب الميكانيكا ؟
٧- هل أنت ماهر فى استخدام العدد والآلات ؟
٨- هل أنت دقيق وحرص فيما تقول أو تكتب أو تحفظ ؟
٩- هل تتمتع بصحة جيدة تمكنك من القيام بمعظم شئونك ؟
١٠- هل تهتم بأمورك الشخصية: (طعام) اغتسال، شئون البيت..إلخ ؟
١١- هل تستطيع توجيه الآخرين وتنظيم الألعاب والرحلات ؟
١٢-. هل أنت مخالط يسهل عليك اكتساب الأصدقاء ؟
١٣- هل تحب الترحال والسفر ؟
١٤- هل تحب الأعمال المستقرة المضمونة الدخل والمعاش عند الاعتزال؟
١٥- هل تواجه المفاجآت بهدوء وعدم انزعاج ؟

* جدول الإجابة *

المهنة المناسبة	الإجابة الموافقة لها بنعم	المهنة المناسبة	الإجابة الموافقة لها بنعم
طبيب	١،٢،٧،٨،١٠،١١،١٤	محام	١،٢،٧
مهندس	١،٣،٤،٦،٨،١٠،١٢،١٤	صيدلي	٨،١،٢،٧
مدرس	١،٢،٨،٨،١٠،١١،١٢	ممثل	١،٨،١١،١٢
طيار	٤،٦،٨،١٠،١١،١٢	كهربائى	١،٦،٨،١٠
صحفى	١٠،١٢،١٤،١،٢،٧،٩	ميكانيكى	٣،٤،٥،٦،٨،٩
مهندس لاسلكى	١،٢،٧،٨،١١،١٢	مثمن	١،٤،٧،١٠،١٢
موظف تجارى	١،٢،٧،،١٠،١١،١٢	موزع	١،٢،٧،٨،١٤
معدن	١،٣،٤،٦،٧،٨،٩،١٢	جراح	١،٧،٨،١٠،١٤
بحار	٦،٨،٩،١١،١٢،١٤	بيطرى	
موظف حكومى	١،٢،٧،١٠،١١،١٣	طبيب أسنان	١،٧،٨،١١،١٤
مهندس طوبجى	١،٢،٧،٨،١٠،١٢	مدرب رياضى	٨،٩،١٠،١١،١٤
منقب	١،٢،٤،٧،١٢	طبيب أشعة	١،٧،٨،١٤
مزارع	٨،٦،١٠	رسام	٣،١٢
مخطط مدن	١،٣،٨،١٠،١٣	نجار	٥،٦،٨،٩
		مهندس معمارى	١،٣،٤

اختبار .. " ذكاء " [٢]

قلنا إن اختبارات الذكاء منها ما يقيس عموما ، ومنها ما يقيس بعض الجوانب التى يتركب منها الذكاء كقدرة عامـــة ، ومـــن هـــذه الجوانب القدرة العددية، والمعلومات ، وفهم معانى الألفـــاظ..إلـــخ ، والاختيار التالى ينقسم إلى قسمين، أولهما خاص بالمعلومات العامـــة، والثانى خاص بالقدرة الحسابية، حاول تجريب نفسك معهما لتعـــرف قدراتك فى مجاليهما .

١) المعلومات :

١- ما هى أقدم خريطة مرسومة فى العالم ؟

الإجابة : ....

٢- ما هى أكبر مكتبة فى العالم ؟

الإجابة : ....

٣- ما هى المساحة التى تغطيها المحيطات والبحار على سطح الأرض؟

الإجابة : ....

٤- من هو مؤلف كتاب "نزهة المشتاق" فى الجغرافيا ؟

الإجابة : ....

٥- من هو القائد الإسلامى الذى بنى أول مسجد فى مصر ؟

الإجابة : ....

٦- من هو أول من صنع أول آلة طارت فى الجو ؟

الإجابة : ....

٧- ما إسم إله النور والفنون والجمال عند اليونان ؟

الإجابة : ....

٨- ما إسم المصور الشهيد الذى عمل فى بلاط الإسكندر ؟

الإجابة : ....

٩- من هو مخترع بكرة الدلو وطائرة الهواء ؟
الإجابة : ....
١٠- من هى أقدم أسرة مالكة فى العالم ؟
الإجابة : ....
١١- من هو أول رجل وصل إلى القطب الجنوبى ؟
الإجابة : ....
١٢- من هو مكتشف مقبرة توت عنخ أمون ؟
الإجابة : ....
١٣- من صاحب كتاب " العقد الفريد " ؟
الإجابة : ....
١٤- من هو مخترع التليفون ؟
الإجابة : ....
١٥- من هو مخترع الترانزستور ؟
الإجابة : ....
١٦- من هو مخترع الموتوسيكل ؟
الإجابة : ....
١٧- من هو مخترع الجرامافون ؟
الإجابة : ....
١٨- من مخترع الرادار ؟
الإجابة : ....
١٩- من هو مخترع القاطرة البخارية ؟
الإجابة : ....
٢٠- من مخترع الديناميت ؟
الإجابة : ....
٢١- من هو مخترع المصعد ؟
الإجابة : ....

٢٢- من هو مؤلف كتاب " الرسائل الفلسفية " ؟

الإجابة : ....

٢٣- ما هو القانون الأول من قوانين المادة ؟

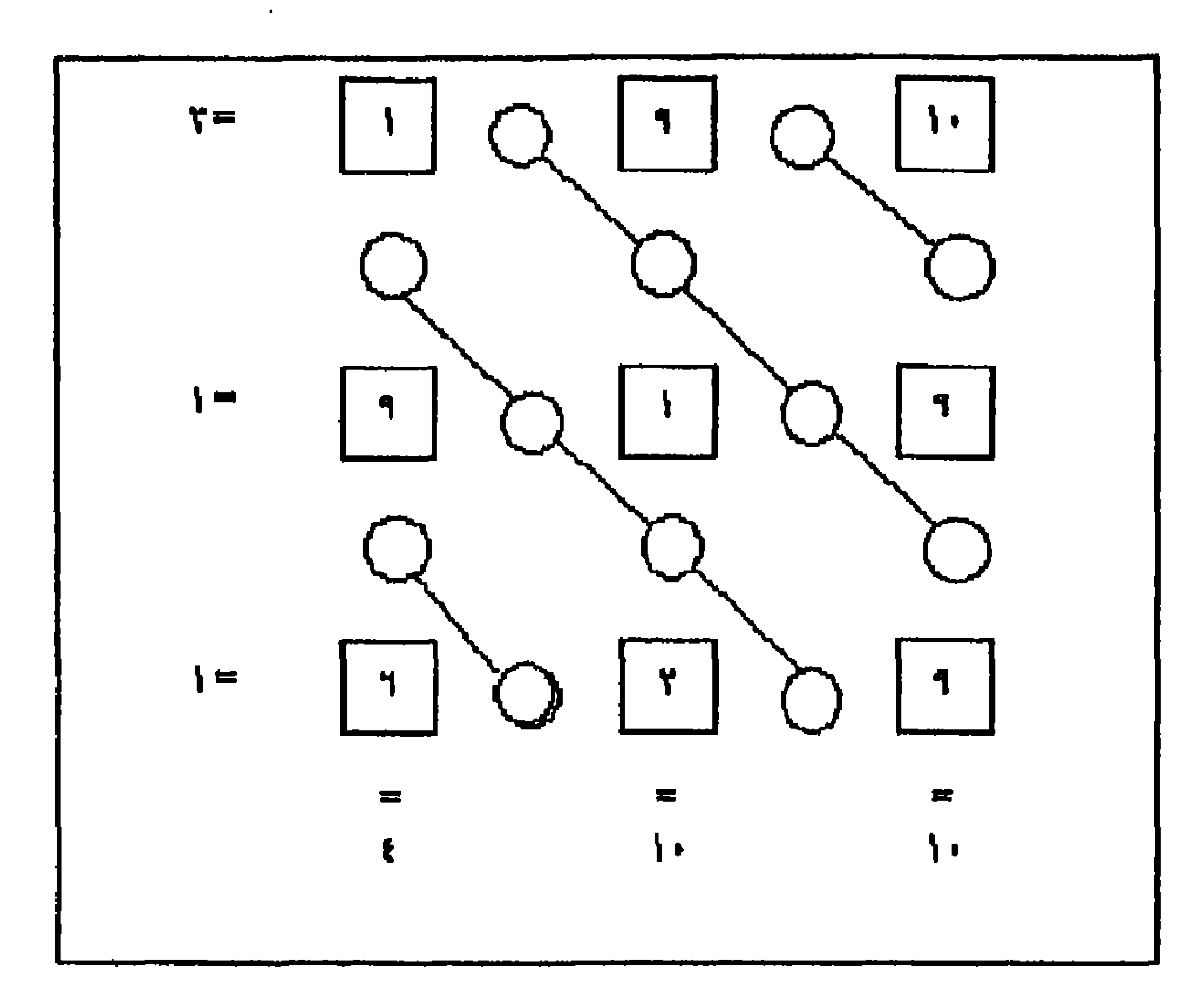
الإجابة : ....

٢٤- كم عدد الديانات المعترف بها عالميا ؟

الإجابة : ....

٢) القدرة العددية :

(١) ضع العلامتين : (+ ، -) فى الدوائر الفارغة حتى تكتمل العمليات الحسابية التالية :



(٢) ضع بين الأرقام : علامـــة (+) أو(-) أو (÷) أو (×) بحيث تصح المعادلات التالية :

٩ ٩ ٩ ٩ = ١

٩ ٩ ٩ ٩ = ٨٣

٨ ٨ ٨ ٨ = ٦٣

٨ ٨ ٨ ٨ = ٧٢

٧ ٧ ٧ ٧ = ٥٠

٦ ٦ ٦ ٦ = ١١

٥ ٥ ٥ ٥ = ٢٦

(٣) أكمل المربعات بالأرقام المناسبة .. لكى يصح جمع الأعداد أفقيا ورأسيا :

			١١	١٦		
			١٣	١٠		
=٥٨	٩	١٧			٢	١٢
=٦٥	١٨	٢٠			١٤	١
			١٩	٥		
			٦	٧		
			=	=		
			٦٠	٥٧		

(٤) أنثر الأرقام من ١:٢٥ داخل المربعات الخالية حتى تصح عمليات الجمع في الاتجاهات الرأسية والأفقية :

=٧١	٦		١٨		٢٢
=٥٥		٥		١٧	
=٦١	٢		٨		١٦
=٦٥		٥		٣	
=٧٣	٢١		٤		٩
	=	=	=	=	=
	٦١	٥٣	٦١	٧٨	٧٢

إجابات اختبار .. " ذكاء " [٢] :

١) المعلومات :

١) خريطة على طين نهر الفرات يرجع تاريخهـا إلـى سـنة ٣٨٠٠ق.م .

٢) مكتبة الكونجرس بواشنطن ، أنشئت عام ١٨٠٠.

٣) حوالى ٧١% من مساحة الأرض .

٤) العالم الأندلسى الشريف الأدريسى .

٥) عمرو بن العاص . ٦) كليمن أدر .

٧) ابولن . ٨) إيبليس .

٩) أرخيتاس . ١٠) اليابانية .

١١) أندرسن النرويجى. ١٢) هوارد كارتر .

١٣) ابن عبد ربه . ١٤) جراهام بل (عام ١٨٧٦).

١٥) جون باردين ، ووليم شكولى الأمريكيان عام (١٩٤٨).

١٦) يوجين وميشيل ورنر الفرنسيان عام (١٨٩٧) .

١٧) توماس أديسون الأمريكى عام (١٨٧٧) .

١٨) روبرت واطسون وات الإنجليزى عام ١٩٣٥ .

١٩) ريتشارد تريفتك الإنجليزى عام (١٨٠٣) .

٢٠) ألفريد نوبل السويدى (١٨٦٧) .

٢١) أليشا أوتيس الأكريكى عام (١٨٧١) .

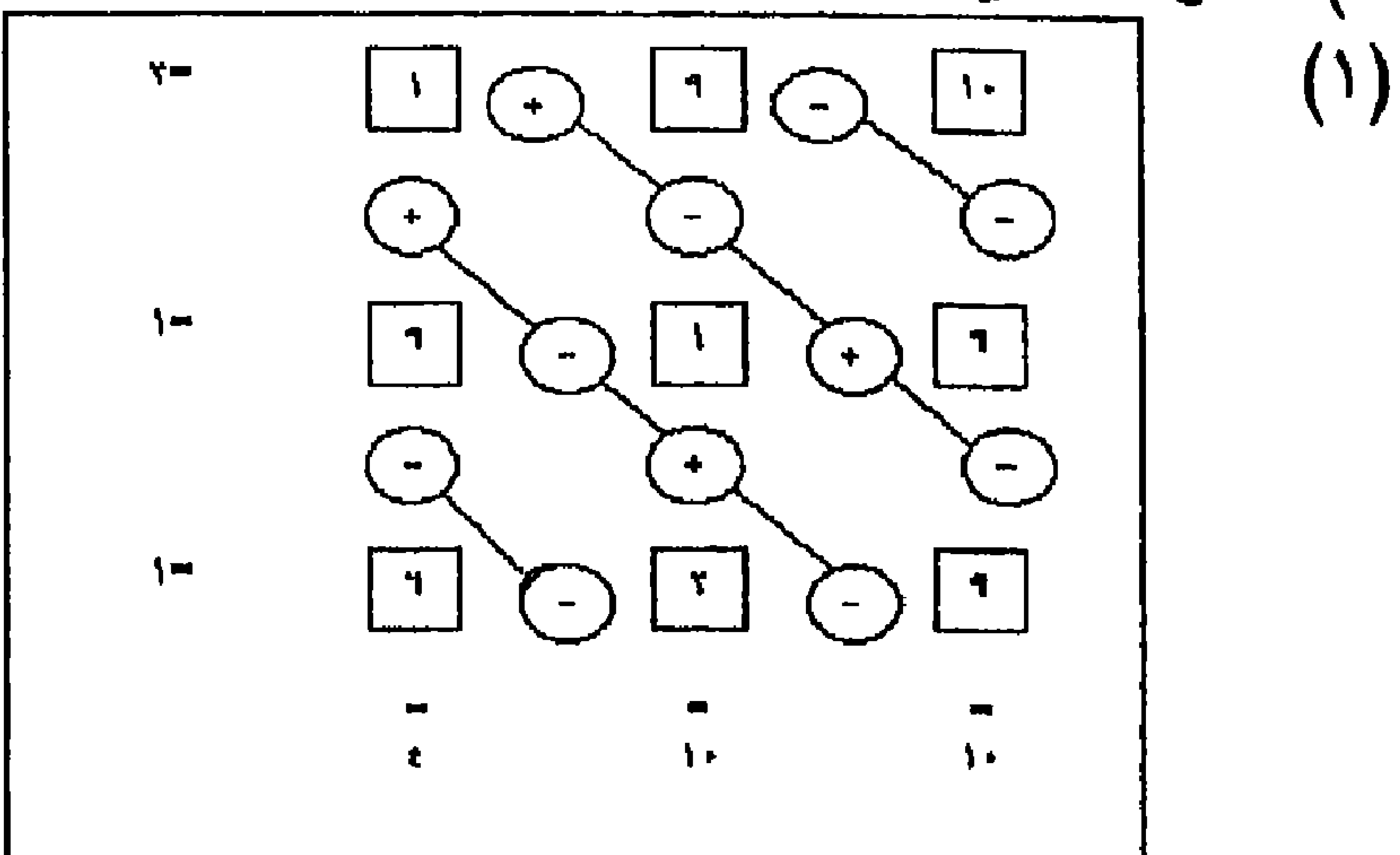
٢٢) فولتير .

٢٣) المادة لا تفنى ولا تنشأ من عدم .

٢٤) ١٦ ديانة .

٢) القدرة العددية :

(١)



(٢) : * (٩ ÷ ٩) + (٩ - ٩) = ١

* (٩ ×٩) + (٩ ÷ ٩) = ٨٣

* (٨ × ٨) - (٨ ÷ ٨) = ٦٣

* [(٨ ÷ ٨) + ٨] = ٧٢

* (٧ × ٧) + (٧ ÷ ٧) = ٥٠

* (٦ + ٦) - (٦÷٦) = ١١

* (٥ × ٥) + (٥ ÷ ٥) = ٢٦

(٣) :

			١١	١٦		
			١٣	١٠		
٥٨=	٩	١٧	٩	٩	٢	١٢
٦٥=	١٨	٢٠	٢	١٠	١٤	١
			١٩	٥		
			٦	٧		
			= ٦٠	= ٥٧		

(٤) :

٢٢	١٠	١٨	١٥	٦	=٧١
١	١٧	١١	٧	١٩	=٥٥
١٦	٢٣	٨	١٢	٢	=٦١
٢٤	٣	٢٠	٥	١٣	=٦٥
٩	٢٥	٤	١٤	٢١	=٧٣
=	=	=	=	=	
٧٢	٧٨	٦١	٥٣	٦١	

اختبار .. " رد الفعل المباشر "

يتناول هذا الاختبار القسم الأكثر غموضا من شخصيتك وطبيعتك، كيف تتصرف -مثلا- أمام الأحداث الخفية ، والمواقف المرعبة، واللقاءات الغريبة ، إن الإجابات تكشف عن لا وعيك ، أو عقلك الباطن ، وتظهر كيف أن غرائزك البدائية تؤثر على مواقفك فى الحياة اليومية .

* ما هو الشعور الأقرب إلى رد فعلك إذا صدمتك رؤية شخص أبله ؟

(أ) الفضول (ب) الشفقة (ج) الاشمئزاز
(د) الافتتان (هـ) الاحتقار

* ماذا تمثل لك رؤية امرأة متناثرة الشعر ، مفتوحة الفم إلى أقصى درجة وتبدو كما أنها تصرخ فى هيسيترية وزعر ؟

(أ) صورة كابوس (ب) مجنونة
(ج) امرأة تتصرف بهيسترية وتطرف (د) يتملكها الجن
(هـ) أنها تتألم حقا وبعمق .

* عندما يطمس الضباب معالم المبنى وتكاد تنعدم الرؤية فما هو رد فعلك أمام هذا المشهد ؟

(أ) الشعور بالشك المطلق

(ب) الشعور العميق بالاتصال النفسى

(ج) الشعور بالشك مع الحيرة

(د) الشعور الذى يجعل الدم يتجمد فى العروق

(هـ) الدهشة المصحوبة بذكريات الخوف فى طفولتى الأولى.

* ما هو رد فعلك تجاه الشيطان .. أو صورته ؟

(أ) مروع (ب) لا مبال (ج) فضولى

(د) مسرور (هـ) قلق

* عندما تشاهد منزلا مهجورا أثناء رحلة بعيدة .. ما هو رد فعلك وشعورك ؟

(أ) أشعر بالرغبة فى استكشاف المكان ومعرفة تاريخه .

(ب) أشعر بالدهشة هل هو حقيقى ؟ أنا أحلم ؟

(ج) أشعر بنوع من التقزز السار نوعا

(د) أشعر شعورا رائعا بالتجانس مع المكان والجو .

(هـ) أشعر بالخوف . لا أحب هذا المكان ، يجب أن أغادره فورا .

* ما هو شعورك ورد فعلك لدى رؤيتك لإمرأة لها أصبع زائد (٦ أصابع) فى اليد الواحدة ؟

(أ) صدمة . ثم فضول ، أى نوع من الأشخاص هى ؟ أم حقا ساحرة ؟

(ب) افتتان مباشر . أود التحدث إليها والتعرف بها ؟

(ج) شعور بالقرف .

(د) شعور بالخوف والغثيان .

(هـ) منزعج وحائر . قرف تجاه التشوه الغريب ، أو التظاهر بأننى لا آراها.

* ما هو رد فعلك وشعورك عندما عندما تنظر إلى مشهد حقيقى أو صورة لشاهد قبر؟

(أ) لا يؤثر فى مطلقا   (ب) هذا يزعجنى قليلاً

(ج) أشعر بأحاسيس يختلط فيها السلام بالغموض

(د) أرغب فى الانصراف فقط .

(هـ) أشعر بحاجة ملحة إلى نبذ كل فكرة عن الموت .

* ما هو رد فعلك وشعورك لدى رؤية رجل متشرد ممزق الثياب ؟

(أ) أجده ساحرا   (ب) أجده سخيفا   (ج) أجده عدوانيا

(د) أجده سوقيا   (هـ) أجده جذابا .

* ما هو التفسير الذي يخطر ببالك إذا شاهدت أحد الأشخاص غارقا فى دمه مغشيا عليه وسط الطريق ؟

(أ) انتحار   (ب) حادث سير   (ج) اغتيال

(د) ضحية حرب   (هـ) جريمة طقسية عقائدية .

* ما هو شعورك إذا تنبأت لك كاهنة أو عرافة بأمر مزعج ؟

(أ) أجد هذه الفكرة سخيفة فلا أوليها أى أهتمام .

(ب) أنزعج فى أول الأمر . ثم أتردد وأتضايق . أكون حذر بضعة أيام فى حال صدق قولها .

(ج) أكون شاكر لها على صدق تحذيرها لاستطاعتى العمل على تجنب الكارثة .

(د) يجعلنى الخوف أتجمد وأفكر فى ذلك طوال أسابيع

(هـ) أشعر بصدمة للحظة واحدة ، ثم أنبذ هذا التفكير بسرعة.

* الخلاصات *

*** نسبة كبيرة من : (أ) :**

أنت مدرك للنواحى القائمة فى الطبيعة البشرية ، تحب الاتصال بالأمور الخفية وترضى بمشاعر الخوف العميقة التى تشكل جزءا مهما من حياتك ، أنت شديد الاعتقاد بالخرافات ، تحب أن تمتلك قوى تتعلق بالمظاهر النفسية غير المعروفة علميا ، تعلق أهمية كبيرة على الإرشادات أو الهواجس إلى درجة أنك تتخذ القرارات يوما فيوما ، بمساعدة أوروسكوبك ، أو أى طريقة أخرى للتكهن والتنبؤ .

على الصعيد الخيالى، يمكن أن تتهم أحيانا بالافتتان المرضى، وبالبحث عن رعشة الهلع بأى وسيلة، وبالرغبة باستخدام ما هو فوق العادى للتهرب من المجتمع والحياة اليومية ، أنك ولا ريب تحب المقامرة، ولك ميل إلى المخاطرة ، انفعالاتك تتولد بسهولة تامة، ميلك إلى الأمور الخفية تثيره جزئيا مواهب حقيقة من الحدس والتفهم ، كما يثيره جزئيا -أيضا- سعيك وراء المشاعر والأحاسيس . أنت تفكر وتتصرف تبعا لغريزتك، وميولك إلى الظواهر النفسية غير المعروفة علميا يعززها حدوث بعض الأشياء الغريبة حولك. واهتمامك بالأمور الخفية يضيف بعدا ومعنى إلى حياتك .

*** نسبة كبيرة من : (ب) :**

تجتذبك الظواهر والأمور التى لا تعليل لها ، وتميل إلى رؤيتها عبر مخاوفك، لابد أنك كنت فى طفولتك تخشى اللون الأسود ، أنك حاليا تميل إلى رؤية صور تفكيرك وأنت طفل ، وكل هذا التفكير ، وهذه الطريقة فى العمل تمنحك حدسا أكبر وإدراكها أكثر حدة ، إلا أن ذلك ليس دائما أمرا مريحا ، فى أحيان كثيرة تشعر بالرغبة فى المعرفة والفهم ، وفى الوقت نفسه لا تجرؤ على ذلك .. تشعر بالخوف ، ومع ذلك .. أنت مفتون .

لديك رغبة جارفة في الغوص فى الأمور الغامضة ، ربما تحب أفلام الرعب، والأحاديث عن الأمـور الغامضـة مـع أصـدقائك ، والاختبارات الغريبة، والأجواء غير العادية ، أنت تعرف أن الطبيعـة البشرية ليست سمحاء، ولكنك لا تستطيع أن تكون كذلك ، لا يمكنـك احتمال القسوة، مهما يكن شكلها ، تشعر بالحاجة الضرورية للاعتقـاد بأن الناس لطاف وأن العالم طيب ، أنت تتعاطف كثيرا مع الآخـرين بحيث تشعر بالآلام التى يعانون منها ، فتحمل على كتفيك – بالتالى ما يحملون .

انفعالاتك تشف دائما حتى إذا جهدت فـى إخفائهـا ، أحكامـك وبخاصة تلك التى تتعلق بمن يحيطون بك ، هى غريزيـة مباشـرة. تتأثر بسهولة بما يجرى حولك ، مع أن مشاعرك وتفسيراتك شخصية تماما. تشعر يميل نحو الغامض ، إلا أن مخاوفك تمنعك أحيانـا مـن استكشافه .

* نسبة كبيرة من : (ج) :

أنت مقنع كثيرا .. فكريا، وتهتم أيضا بمـا يتعلـق بالمظـاهر النفسية غير المعروفة علميا، أنت قادر علـى الجمـع بـين الحـدس والتفكير والتأمل الأكثر مادية. وباستطاعتك استخلاص الأفضل فـى هذين العالمين .

وبما أنك تشعر بالاتصال بالناحية العميقة من شخصيتك، فإن لك إيمانا بغريزتك الشخصية ، أو تبدى اهتماما بالحياة التى تتجاوز الواقع واليومى ، وتظهر تفهما نحو الأخرين ، وتمتاز بدعم أحكامك الغريزية بحسن الفهم والتحليل المنطقى، ذهنك الحاد دقيق المراقبة ، أنت تحلل باستمرار الناس، يمكن أن تفتن بتفسير الأحلام ، وبدراسـة فلسـفات الحياة، ويمكنك إظهار الناحية العميقة من شخصيتك باستخدام حدسـك وبتنمية مخيلتك .

تجد لذة فى التثقيف عن المدنيات القديمة ، وتشع بالحاجة إلى وسيلة تعبير فنية أو ضرورة للابداع ، ومع أنك على العموم : موضوعى ، ولك سيطرة على انفعالاتك ، فإنه من السهل عليك كذلك أن تنقاد بمخيلتك واستيهامك (الإستيهام تصور تخيلى خادع من حلم أو هلوسه) .. تشعر بالرغبة العميقة فى توسيع معارفك ، ولديك افتتان حقيقى بغير المألوف، وفضول كبير للغامض ، وتلك هى المكونات الأكثر أهمية فى حياتك الداخلية .

* نسبة كبيرة من (د) :

تبدو واقعيا ، وتظهر تشاؤما حتى تقع على دليل دافع يتعذر دحضه، إذن ليس ثمة مكان للمذهل والغامض فى حياتك، الوقائع .. أكثر من التأملات والتخيلات تحدد آرائك ، أنت ترى بوضوح ، وتظهر قدرة على الموازنة بين الدليل وعكسه بطريقة موضوعيه دون أن تتدخل الانفعالات لجعل القضايا غامضة .

تتمتع بحس التأكيد ، تثق بأنك على صواب فيما يتعلق باختياراتك وآرائك ، لا تتأثر بسهولة بآراء الآخرين ، تستطيع قبول الظواهر المخفية من الطبيعة البشرية دون أن يقلقك ذلك ، أنت ترى العالم كما هو وترتاح لمظاهره الأكثر بشاعة ، تميل إلى إصدار الأحكام الواضحة ، مسلكك فى الحياة يظهر شجاعتك وصلابتك ، تتمتع بالسيطرة على مشاعرك ، ولا تصاب إلا بمخاوف قليلة ، أنت شجاع وعملى ، وتبدو أحيانا غير متسامح مع الآخرين الذين يشاطرونك وجهات نظرك ، تميل – غالبا – إلى اعتبار الحساسية ضعفا .

أنت أمرؤ مباشر ، لا لف عندك ولا دوران ، تتناول مشكلات الحياة كما هى، وتحلها بطريقتك الخاصة ، ومع ذلك . وحتى إذا كنت تحسب نفسك شخصا منطقيا جدًّا ، فالحقيقة أن عددا من مشاعرك

وأحكامك حدسية. أنك فى الواقع تنساق وراء غرائزك دون أن تتنبـــه إلى ذلك .

* نسبة كبيرة من : (هـ) :

أنت تحترم معتقدات الآخرين ، وتبدو متسامحا جدًّا بالنسبة إلى الظواهر غير المعللة دون نبذها كليا .

أنت تهتم بالعالم الحقيقى ، وتقرن المنطق بالخيالى فى أحكامـــك على الناس والمواقف ، تتمتع بطبيعة فضولية بالنســـبة إلـــى العـــالم المحيط بك، وتسعى وراء المعرفة والفكر ، وتفضل إقامـــة أفكـــارك ونظرياتك الخاصة على البراهين بدلا من الاســـتناد إلـــى المعتقـــدات التقليدية .

أنت حاد الذهن ، قادر على رؤية الملكة فى العمق مباشـــرة ، وبالتالى اتخاذ القرارات بسرعة وسهولة، تقبل الجوانب المضطربة فى الطبيعة البشرية كشر لابد منه ، لكنك لا تتوقف مليا عند هذا المظهر من الأمور، أنت لا تبدى إلا القليل من المخـــاوف ، لا تتصـــرف إلا حسب مشيئتك، وتشعر عموما بقدرتك على حل المشكلات ومواجهـــة الصعاب ، تملأ نفسك الشفقة علـــى الـــذين لا يشـــاطرونك وجهـــات نظرك.. تتمتع بالكثير من الاهتمامات، أنـــت منفـــتح علـــى الأفكـــار الجديدة، ومع ان لشخصيتك مظهراً عمليا، فأنت أيضا شخص خلاق ، يحب الإبتكار .

***

اختبار .. " التعرف على المشكلات "

فى اختبار سابق لقياس القدرة على حل المشكلات أمكنك قياس قدراتك الفعلية على مواجهة الصعاب وحل المشكلات .. لكن الاختبار التالى يمكنك من التعرف على مشاكلك الحاضرة والمستقبلية ، ويضع هذه المشاكل أمامك لتواجهها وتعمل على حلها بدلا من الهرب منها ، وهو يصنف المشاكل فى مجالات نوعيه ما عليك إلا أن تؤشر بـنعم أمام المشاكل الفعلية منها لتعرف فى النهاية ما هى المشاكل الحقيقية التى تعانيها والمجالات التى تتركز فيها تلك المشاكل[1]:

١) المشكلات المجال الصحى

١- كثيرا ما أشعر بأنه يعترينى التعب بسرعة.

الإجابة : ....

٢- أعرف أن أسنانى تحتاج إلى عناية طبية .

الإجابة : ....

٣- أعانى من الضمور فى العضلات أو من عدم نموها جيدا .

الإجابة : ....

٤- أحيانا أشعر بالدوار ولا أدرى ما السبب .

الإجابة : ....

٥- كثيرا ما أشعر بالصداع .

الإجابة : ....

٦- أعانى من النحافة ويسبب لى ذلك قلقا .

الإجابة : ....

٧- أعانى من كثرة حب الشباب .

الإجابة : ....

---

[1] أخذ هذا الاختبار عن إحصائيات فعلية تمثل مشاكل الشباب الواقعية (بتصرف) عن : التوجيه النفسى والتربوى : د . سعد جلال .

٨- أعانى من مرض البلهارسيا .

الإجابة : ....

٩- أعانى من عدم كفاية الرعاية الطبية والأطعمة غير المفيدة غذائيا.

الإجابة : ....

٢) مشكلات المجال المدرسى

١- أعتقد أن الرحلات المدرسية قليلة جدا .

الإجابة : ....

٢- أجهل طرق المذاكرة الجيدة .

الإجابة : ....

٣- يضايقنى ابتعاد المدرسة عن المنزل .

الإجابة : ....

٤- يضايقنى تحيز بعض المدرسين لبعض الطلبة .

الإجابة : ....

٥- كثير من المدرسين غير قادرين على تفهيم الدروس .

الإجابة : ....

٦- لا يهتم بعض المدرسين بالطلاب .

الإجابة : ....

٧- كثيرا ما أشعر بالملل فى الفصل .

الإجابة : ....

٨- ينعدم الاتصال بين المدرسة والمنزل .

الإجابة : ....

٩- الكتب المدرسية مملة وعسيرة الفهم .

الإجابة : ....

١٠- لا تهتم المدرسة بآراء الطلبة .

الإجابة : ....

٣) مشكلات المجال الأسرى

١- يضـايقنى والـدى أو أحـداهما - دائمـا - بخصـوص الاستذكار.
الإجابة : ....

٢- أعانى من كثرة أفراد الأسرة .
الإجابة : ....

٣- أعانى كثيرا من الخلافات الأسرية المستمرة .
الإجابة : ....

٤- يتدخل والدى أو أحدهما - دائما - فى شئوني الخاصة .
الإجابة : ....

٥- يتدخل والدى أو أحدهما - دائما - فى اختيار أصدقائى .
الإجابة : ....

٦- لست على وفاق مع أفراد أسرتى .. أو مع بعضهم .
الإجابة : ....

٧- لا يعترف والدى أو أحداهما بأننى على صواب أحيانا .
الإجابة : ....

٨- نادرا ما تأخذ الأسرة برأيى فى أى موضوع .
الإجابة : ....

٩- لا يرغب والدى فى السماح لى بشراء مطالبى بنفسى .
الإجابة : ....

١٠- يعارض والدى فى اتباعى للموضة فى ملابسى .
الإجابة : ....

٤) مشكلات المجال الدينى

١- يضايقنى - دائما - من يسخرون من الدين .
الإجابة : ....

٢- يضايقنى - غالبا - من لا يؤدون الفروض الدينية .
الإجابة : ....

٣- أخشى عقاب الآخرين لى بسبب تقصيرى الدينى .

الإجابة : ....

٤- لا أقوم بأداء الفروض الدينية .

الإجابة : ....

٥- يضايقنى التعصب الدينى كثيرا .

الإجابة : ....

٦- يضايقنى إيمان البعض بالخرافات والأولياء.

الإجابة : ....

٧- يضايقنى الجدل والمناقشات فى الأمور الدينية .

الإجابة : ....

٨- يحيرنى أمر الموت والآخرة .

الإجابة : ....

٩- يضايقنى ميل الناس إلى الكذب كثيرا .

الإجابة : ....

٥) مشكلات المجال الجنسى

١- ليس بالمدرسة برنامج للثقافة الجنسية .

الإجابة : ....

٢- لا يمكننى أن أناقش والدى أو أحداهما فى الأمور الجنسية.

الإجابة : ....

٣- تضايقنى وتقلقنى ممارستى للعادة السرية .

الإجابة : ....

٤- تنقصنى المعلومات الصحيحة عن الأمور الجنسية .

الإجابة : ....

٥- أفكر كثيرا فى تكوين علاقة خاصة مع أحد أفـراد الجـنس الأخر . الإجابة : ....

٦- تنقصنى المعلومات الصحيحة عن الأمراض التناسلية .

الإجابة : ....

٧- يضايقنى ويقلقنى تفكيرى المستمر فى الأمور الجنسية .

الإجابة : ....

٨- تضايقنى بهرجة الجنس الأخر .

الإجابة : ....

٩- أخجل من الحديث فى المسائل الجنسية.

الإجابة : ....

١٠- يضايقنى أننى لا أستطيع التحكم فى دوافعى الجنسية .

الإجابة : ....

٦) مشكلات المجال النفسى

١- كثيرا ما أشعر بتأنيب الضمير ويقلقنى ذلك .

الإجابة : ....

٢- كثيرا ما أشعر بالمعاناة بسبب السرحان الذى يعترينى .

الإجابة : ....

٣- أجد صعوبة ومشقة حقيقية فى حفظ ما أريد حفظه .

الإجابة : ....

٤- أجد صعوبة ومشقة فى تركيز انتباهى .

الإجابة : ....

٥- أنا دائما فى قلق حتى الأمور البسيطة التى لا تستدعى ذلك.

الإجابة : ....

٦- أنا أعانى من تقلب حالتى المزاجية باستمرار.

الإجابة : ....

٧- أننى شخص عنيد وغير مرن .

الإجابة : ....

٨- أجد صعوبة واضحة فى التحكم فى انفعالاتى .

الإجابة : ....

٩- تنقصنى القدرة على التعبير عن انفعالاتى .

الإجابة : ....

١٠- تنقصنى القدرة على فهم ما أقرأ بسهولة .

الإجابة : ....

٧) مشكلات المجال الاجتماعى

١- أخشى الفشل أو أن أظهر غبيا أمام الآخرين.

الإجابة : ....

٢- لا أجد فى معظم الأحيان من أتحدث إليه عن مشاكلى .

الإجابة : ....

٣- أعتقد أننى شخص شديد الغيرة .

الإجابة : ....

٤- أعتقد أننى شخص مسرور دائما من الآخرين.

الإجابة : ....

٥- أشعر بالخجل عندما تضطرنى الظروف إلى التواجد وسط جماعة .

الإجابة : ....

٦- أشعر - دائما - أن هناك من يتحدث عنى بالسوء .

الإجابة : ....

٧- لا أعرف كيف أتصرف فى المناسبات الرسمية .

الإجابة : ....

٨- لا أستطيع أن أنظم حفلا أو اجتماعا .

الإجابة : ....

٩- أعانى من ميلى الشديد إلى العزلة .

الإجابة : ....

٨) مشكلات المجال الاقتصادى

١- أرغب فى إيجاد عمل أشتغل به فى العطلة الصيفية .

الإجابة : ....

٢- لا يوجد لى حجرة خاصة بى فى المنزل .

الإجابة : ....

٣- لا يمكننى الادخار من مصروفى الشخصى .

الإجابة : ....

٤- تنقصنا فى البيت أشياء كثيرة .

الإجابة : ....

٥- مصروفى ضئيل جدًّا .

الإجابة : ....

٦- ليس لى مصروف ثابت مثل أقرانى .

الإجابة : ....

٧- ليس عندى ملابس كافية .

الإجابة : ....

٨- ليس عندى مكان هادئ للاستذكار فى المنزل.

الإجابة : ....

٩-لا أستطيع المساهمة فى الرحلات أو التبرعات .

الإجابة :..................

١٠- لا أحصل على نقود كافيه للترفيه .

الإجابة : ....

٩) مشكلات وقت الفراغ

١- ليس عندنا - فى البيت - جهاز تليفزيون .

الإجابة : ....

٢- لا أعرف فى الواقع كيف أنظم وقت فراغي.

الإجابة : ....

٣- لا يوجد اى أندية فى الحى الذى أقيم فيه .
الإجابة : ....
٤- لا أجد عملا مسليا أقوم به وقت الفراغ .
الإجابة : ....
٥- لا أعرف كيف أستفيد من وقت فراغى .
الإجابة : ....
٦- لا نشترى جريدة يوميه أو مجلة أسبوعية .
الإجابة : ....
٧- لا أجد من الكتب ما أحب قراءته .
الإجابة : ....
٨- تنقصنى المهارات فى الألعاب الرياضية .
الإجابة : ....
٩- لايوجد مكان لممارسة الرياضة والهوايات الأخرى بالقرب من المنزل.
الإجابة : ....
١٠- يضايقنى اضطرارى لتمضيه وقت فراعى فى الشارع .
الإجابة : ....

١٠) مشكلات المجال المهنى

١- أخشى من البطالة التى تنتظرنى بعد التخرج .
الإجابة : ....
٢- أرغب فى عمل يناسبنى فى وقت فراغى .. ولا أجده .
الإجابة : ....
٣- يضايقنى ما أجده من صعوبة فى الالتحاق بالكلية التى أريدها .
الإجابة : ....
٤- أخشى العمل – بعد التخرج – فى مكان بعيد عن الأسرة (محافظة أخرى).
الإجابة : ....

٥- لا أعرف الكثير عن أنواع التعليم العالى .

الإجابة : ....

٦- يضايقنى أننى لن ألتحق بالتعليم العالى .

الإجابة : ....

٧- أخشى أن ألتحق بالمعاهد دون التعليم العالى فى الجامعات .

الإجابة : ....

٨- لا أعرف أثر التجنيد على مستقبلى .

الإجابة : ....

٩- تنقصنى المعلومات الكافية عن الحرف والمهن المختلفة .

الإجابة : ....

١٠- يضايقنى إحتقار الناس لنوع التعليم الذى التحقت به .

الإجابة : ....

١١) مشاكل التنبؤ المستقبلى

١- تنتظرنى الكثير من العقبات والعراقيل بعد التخرج (فى العمل ، الزواج ... إلخ) .

الإجابة : ....

٢- لا أعرف شيئا عن الأساليب الصحيحة لتربية الأولاد .

الإجابة : ....

٣- لا أعرف شيئا عن الأساليب الصحيحة للتعامل مع شريك الحياة من أجل تحقيق النجاح الزوجى .

الإجابة : ....

٤- لم أحدد بعد كيف أتصرف إزاء تنظيم حياتى فى المستقبل .

الإجابة : ....

٥- المشاكل التى تنتظرنى فى المستقبل تعوق مستوى طموحى.

الإجابة : ....

٦- ما ينتظرنى فى المستقبل من مشاكل يجعلنى لا أفكر إلا فى نفسى فقط .

الإجابة : ....

٧- لم أحدد لحياتى أية أهداف مسبقة .. لأن المستقبل مجهول بالنسبة لى تماما .   الإجابة : ....

٨- لم أتعلم شيئا عن الطريقة الصحيحة التى تجعلنى قادرا على مواجهة "الصعاب وحل المشاكل بكفاءة .

الإجابة : ....

٩ - لم ولن أشترك فى أى عمل عام : (اجتماعى، سياسى..إلخ) لأننى لست مؤهلا لذلك .   الإجابة : ....

١٠- أعتقد أننى لن أحقق الكثير فى حياتى ، بسبب العوامل السابقة كلها ، إلا إذا عالجتها بالأسلوب الصحيح . وبذلك يجب أن أحدد أولا المشاكل الخاصة بى فى كل مجال من المجالات السابقة ، ثم أفكر فى الأساليب التى تكفل حل المشاكل والإجراءات التى يجب أن تتخذ فى سبيل هذا الحل ، ثم أضع البرنامج المناسب التى يكفل تنفيذ هذه الإجراءات تدريجيا .. حتى أتمكن فى النهاية من تذليل كافة العقبات وحل جميع المشكلات .

الإجابة : ....

*** استجواب جاستون برجييه :**

يستخدم هذا الاستجواب -أحيانا- بشكل جماعى، ويستخدم فى أحيان أخرى بشكل فردى . والاستجواب فى صورته الثانية، أى فى استخدامه الفردى يؤدى إلى نتائج أضمن. ويجب أن تعين درجة المختبر فى كل صفة من الصفات التى تعبر عنها الأسئلة بأحد رقمين (٩ ، ١) ، إلا بالنسبة إلى الأسئلة التى يجوز فيها أن تعين درجة الصفة بالرقم (٥). ونحن نرى أن عدد الأسئلة المتصلة بكل مجموعة من المجموعات التسع هو عشرة . والدرجة التى تعطى للشخص فى كل مجموعة هى وسطى الدرجات العشر التى عينت له بصدد الأسئلة، فإذا جاءت درجات الأسئلة المتصلة بالانفعالية مثلا كما يلى: ٥، ٩ ،

٩ ، ٩ ، ١ ، ٩ ، ١ ، ٥ ، ٥ ، ٩ كان الوسط هـو: ٢، ٦ أو بعـد الجبـر ٦ ، وهكـذا بالنسـبة إلـى سـائر الأسـئلة والمجموعـات الأخرى........ وتوضع بعد ذلك الصيغة الطبيعيـة للشـخص كمـا يلى[1]:

١) الانفعالية :

١) هل تتأثر كثيرا من أمور صغيرة تعرف أنها لا قيمة لهـا ؟ اتضطرب أحيانا لأمور تافهة ؟ (٩)

* أم لا تهزمك إلا الأحداث الخطيرة ؟ (١)

٢) هل تتحمس أو تستنكر بسهولة ؟ (٩)

* أم إنك تقبل الأشياء .. كما هى ، بهدوء ؟ (١)

٣) هل أنت سريع التأذى ؟ أيجرحك بسهولة وعمق نقد حـاد أو ملاحظة ساخرة أو مسيئة ؟ (٩)

* أم انك تحتمل النقد دون أن يحرجك ؟ (١)

٤) هل تضطرب بسهولة لحادث غير متوقع ؟ أتنـتفض حـين يناديك أحد فجأة ؟ أيصفر وجهك أو يحمر بسهولة ؟ (٩)

* أم أنك متماسك إلى درجة يصـعب معهـا أن تضـطرب بسهولة ؟ (١)

٥) هل تتحمس أثناء الكلام ؟ هل يرتفع صوتك فـى الحـديث؟ أتشعر بحاجة إلى استعمال ألفاظ قوية أو معبرة جداً . (٩)

* أم أنك تتكلم بلا تعجل ، كلاما رزينا ؟ (١)

٦) هل تشعر بالقلق إزاء مهمة جديدة أو إزاء تغيير تنتظره ؟ (٩)

* أم انك تواجه الموقف بهدوء ؟ (١)

---

[1] علم الطباع : د. سامى الدروى ، دار المعارف .

٧) هل تنتقل من الحماسة إلى الانهيار ، ومن الندم إلى الحزن، بسبب تافه ، أو حتى سبب ظاهر ؟ (٩)

* أم أن مزاجك متساو .. معتدل ؟ (١)

٨) هل تستحوذ عليك فى كثير من الأحيان شكوك ووساوس بصدد افعال لا قيمة لها ؟ هل يحتفظ ذهنك فى كثير من الأحيان بفكرة تزعجك ولا فائدة منها البتة ؟ (٩)

* أم أنك لا تعرف هذه الحالة المرعبة إلا نادرا ؟ (١)

٩) هل يتفق لك فى بعض الأحيان أن تبلغ من شدة الانفعال أن ما ترغب فى عمله يصبح مستحيلا كل الاستحالة (خوف يشلك عن الحركة، أو خجل يعرقل لسانك عن الكلام)...إلخ ؟ (٩)

* أم أن ذلك لا يتفق لك إلا نادراً جداً؟ (٥)

* أم أن ذلك .. لم يقع لك أبداً ؟ (١)

١٠) هل تشعر فى كثير من الأحيان بأنك تعيس ؟ (٩)

أم أنك على وجه العموم ، غير راض عن حظك ، أم أنك من ذلك ، حين لا تجرى الأمور على ما تحب ، تفكر فى الأمور التى ينبغى تغييرها أكثر مما تفكر فى عواطفك ؟ (١)

٢) الفاعلية :

١- هل تشغل نفسك فى همة ونشاط ، خلال ساعات الفراغ : (دراسات إضافية، أعمال اجتماعية ، أشغال متنوعة ، أعمال يدوية ، وعموما : أعمال غير مفروضة) ؟ (٩)

* أم أنك تستفيد من ساعات الفراغ فى الراحة ؟ (٥)

أم أنك تبقى مدة طويلة ، لا تعمل شيئا ، وإنما تحلم أو تكتفى بالتسلية (قراءة ، راديو ، إلخ)؟ (١)

٢- هل تحتاج إلى جهد شاق للانتقال من الفكرة إلى الفعـل ، ومن التقرير إلى التنفيذ ؟ (١)

*أم أنك تنفذ فوراً ، وبلا صعوبة ، ما قررت القيام به ؟ (٩)

٣- هل تخور عزيمتك بسهولة أمام الصعوبات وأمام عمل يبدو أنه يحتاج إلى تعب شديد مفرط فى الشدة ؟ (١)

* أم أنك -بالعكس- امرؤ تزيده الصـعوبات ويزيـده الجهـد عزيمة وقوة؟ (٩)

٤- هل تحب أن تحلم ، سواء بماضى لم يبق لـه وجـود ، أو بمستقبل يمكن أن يوجد ، أو بمجرد أخيلة صرفة . (١)

* أم أنك تؤثر أن تعمل ؟ أو على الأقل أن تضع مشاريع معينة تهيئ للمستقبل. (٩)

٥- هل تعمل فوراً ما يجب عليك أن تعمله ، دون أن تحتمل من ذلك عناء؟ (٩)

* أم أنك تميل إلى التأجيل ، إلى الإرجاء ؟ (١)

٦- هل تحزم أمرك فوراً حتى فى الحالات الصعبة ؟ (٩)

* أم أنك تتردد مدة طويلة . (١)

٧- هل أنت كثير الحركة (تقوم بحركات وإرشادات ، وتثـب من على كرسيك بقوة ، وتذهب وتجيئ فى الغرفة ، فى غير حـالات الانفعال العنيف)؟ (٩)

* أم أنت على وجه العموم ، ساكن إلا أن يهزمك انفعال ؟ (١)

٨- ألا تتردد أبدا عن الشروع فى أحداث تبديل مفيد حين تعلم أن هذا التبديل سيتطلب جهدا كبيرا ؟ (٩)

* أم أنك تتراجع أمام العمل الذى يجب أن تشرع فيه ، وتفضل الإبقاء على الوضع القائم ؟ (١)

٩- هل إذا أصدرت أوامرك للقيام بعمل من الأعمال ، لم تعبأ بعد ذلك بالتنفيذ ويشعرك ذلك بأنك تخلصت من هم ؟ (١)

* أم أنك تراقب تنفيذ القيام به . (١)

١٠- هل تؤثر أن تشاهد على أن تفعل؟(يلذ لك أن تشاهد لعبة لا تمارسها). (١)

* أم أنك تفضل أن تعمل على أن تشاهد ، لأن المشاهدة وحدها سرعان ما تبعث الملل ؟ (٩)

٣

) الترجيع البعيد

١- هل تقودك فى أعمالك فكرة مستقبل بعيد (تدخر لشيخوختك، تجمع المواد اللازمة لعمل طويل الأجل) أو النتائج البعيدة التى يمكن أن تنجم عن أعمالك؟ (٩)

* أم أنك تعنى بالنتائج المباشرة خاصة ؟ (١)

٢-أتفكر فى كل " ما يمكن أن يقع " وتستعد له بعناية (تتزود بكل ما يجب التزود به فى سفر ، تدرس خط السير ، تتنبأ بالأحداث الممكنة ، إلخ) . (٩)

* أم أنك تترك كل ذلك لحينه ، وتعتمد على إلهام اللحظة ؟ (١)

٣- هل لك مبادئ صارمة تحاول الالتزام بها ؟ (٩)

* أم أنك تفضل التلاؤم مع الظروف بمرونة ؟ (١)

٤- هل تثبت على ما رسمت من خطط ؟ لتنجز دائما ما بدأت به ؟ (٩)

* أم أنك فى كثير من الأحيان تهجر عملك قبل أن تنهيه (تبدأ كل شئ ولا تنهى شئ) ؟ (١)

٥- أنت ثابت جدا على المودة (تحافظ على صداقات الطفولة، تعاشر أشخاصا بعينهم ، جماعات بعينها ، وتلتزم ذلك باطراد)؟

(٩)

* أم أنك كثيرا ما تبدل أصدقائك (تنقطع مثلا عن رؤية أشخاص كنت تعاشرهم، دون أن يكون هناك داع ذا بال يبرر لك ذلك الانقطاع)؟ (١)

٦- بعد ثورة غضب (أو بعد تلقى إهانة ، إذا كنت لا تغضب أبداً) أتصفو نفسك مباشرة ؟ (١)

* أم أنك تظل متعكر المزاج مدة من الزمن ؟ (٥)

*أم أنك يصعب عليك أن تصفو نفسك (يظل حقدك قائما) ؟

(٩)

٧- هل لك عادات صارمة جدا ، تحرص عليها كثيراً ؟ هل أنت حريص على تكرار بعض الأمور تكراراً مطردا ؟ (٩)

* أم إنك تكره كل ما هو معتاد وتتنبأ به مقدما ، وتعد المفاجأة عنصرا أساسيا من عناصر اللذة ؟ (١)

٨- هل تحب الترتيب ، والتناظر ، والاطراد ؟ (٩)

* أم أنك ترى الترتيب حملاً ، وتحتاج إلى أن تجد شيئا من النزوة والخيال فى كل شئ ؟ (١)

٩- هل تضع مسبقا برنامجا لاستخدام وقتك وجهودك ؟ أتحب أن تضع خططا ومواعيد وبرامج ؟ (٩)

* أم أنك تباشر العمل دون قاعدة دقيقة معينة مقدماً ؟

(١)

١٠- حين تتبنى رأيا من الآراء هل تتمسك بهذا الرأي فى إصرار وعناد ؟ (٩)

* أم أنت يسهل إقناعك ، وتستسلم لإغراء فكرة جديدة ؟

(١)

٤) سعة ساحة الشعور

١- هل يستغرقك ما أنت فى سبيل عمله استغراقا كاملا بحيث لا تدرك حولك ؟ (١)

* أم يسهل عليك عمل ما أنت بسبيل عمله مع الاستمرار فى متابعة ما يجرى من حولك ؟ (٩)

٢- هل تولى الدقة والوضوح كثيرا من الأهمية ؟ هل تحب الأفكار الواضحة ، والأشياء المحددة ؟ (١)

* أم يحولك ما هو غامض ، غير محدد ، وما ترجع قيمته إلى الفروق الطفيفة ؟ (٩)

٣- هل تنفر نفورا قويا غريزيا من كل ما يمكن أن يأتى مشوشا لك من عمل ؟ أيخنقك كل ما يمكن أن يصرفك عما أنت فيه ؟ (١)

* أم أنك تقبل هذه المشوشات دون حنق ، وترد عليها فى رخاوة ؟ (٩)

٤- أأنت فى حاجة إلى أن تحلل ، من أجل أن تفهم ؟ أبالهبوط إلى التفاصيل أم تفهم بالبرهان ؟ (١)

* أم أنك يكفيك أن تدرك المجموع كله جملة واحدة ؟ (٩)

٥-أأنت دقيق المواعيد ، حتى ليتفق أن تصل قبل الموعد خشية أن تضيعه ؟ (١)

* أم أنك تصل فى كثيرا من الأحيان متأخرا ؟ (٩)

٦- أتشعر بالزمان شيئا سيالا متصلا يترقرق بغير تقطع جارا معه كل شئ؟ (٩)

* أم أن الزمن يبدو لك سلسلة من اللحظات الثابتة نسبيا، المنفصل بعضها عن بعض ، المتعاقبة .. أمام شعور ساكن ؟ (١)

٧- أتشعــر بالحاجة إلى أن تمضى فيما شعرت فيه من عمــل إلى غايــة الكمال؟ (١)

* أم أنك تكره هذا التقيد ، وتحاول أن تعــدل فكــرة بــأخرى رافضا أن تتقيد بأحداهما؟ (٩)

٨- أأنت قاطع ، بل حازم فيما تؤكد من رأى وما تضــع مــن مشروع ، أتكــرر أقوالك وإشارتك مرة بعد مـــرة ، أتكــرر أراء بعينهــا - تتبنــاها - حتى تتجمد ؟ (١)

* أم أن آراءك سيالة رجراجة لا يمكن أن تكون فى يوم عين ما كانت فى الماضى ؟ (٩)

٥) القطبية

١- هل تحب الكفاح ؟ هل تبحث عن التنافس والصراع ؟
(٩)

* أم أنك تكره المعارك والخصومات وتؤثر الخضــوع مقــدما (ولو فى الظاهر) على أن تفسح المجال لنشوء صراع ؟
(١)

٢- هل تجد لذة فى قيادة الأخرين ، حتى لو أقتضى ذلــك أن تجبرهم على الطاعة وأن تنتزع منهم الخضوع انتزاعاً ؟
(٩)

* أم أنك تكره أن تفرض إرادتك على أحد فرضا وتؤثر علــى ذلك "المناورة" والإغراء ؟ (١)

٣- أأنت محبب لطيف لبق تحــاول أن تاســر وأن تفــتن مــن يقاربونك ؟ (١)

* أم أنك تعاملهم ببساطه ، بل حتى فى شئ من الخشونة ؟
(٣)

٤- هل تتبنى - تلقائيا - عادات الناس الذين يكون عليك أن تعيش معهم ؟ (١)

* أم أنك تحافظ ، فى جميع البيئات ، على عاداتك التى درجت عليها. (٩)

٥- هل تمارس ، أو تحب أن تمارس أنواعا من الرياضة العنيفة ؟ (٩)

* أم أنك تكره أن تمارسها ؟ (١)

٦- أتشعر بالحاجة إلى أن يحبك جميع من هم على صلة بك ، حتى أولئك الذين لا تنتظر منهم شيئا ؟ (١)

* أم أنك لا تبالى عواطفهم ، ولا تسعى إلى الحصول على محبة أحد غير الذين تحبهم أنت نفسك ؟ (٩)

٧- هل تعرف كيف " تفرض نفسك " ؟ أتمسك من تلقاء نفسك زمام قيادة جماعة أو توجيه عمل ، أو تنظيم اجتماع ؟ (٩)

* أم أنك لا تقبل أن توجه الأخرين ، إلا إذا طلبوا منه ذلك؟ (١)

٨- هل تحب المخاطرة ؟ وتجد فى مجابهة خطر من الأخطار لذة خاصة؟ (١)

* أم أنك تخشى المغامرات غير المضمونة العواقب (وليس معنى هذا أنك تعوزك الشجاعة إزاء خطر لا تكون قد سعيت إليه) ؟ (٩)

٩- أتحب أن يواسيك الناس وأن يرثوا لحالك ؟ (١)

* أم أنك تكره أن يواسيك أحد ، وتشعر أنك جرحت حين يشفقون عليك؟ (٩)

١٠- هل تشعر بحاجة كبيرة إلى الاستقلال ؟ وهل يصعب عليك أن تخضع لتوجيه خارجى ؟ (٩)

* أم انك تقبل ، من غير جهد ، أن تقاد وتوجه ، ويسهل عليك أن تتلائم مع طريقة رئيس أو معلم أو مدير فى النظر إلى الأمور وفى العمل ؟ (١)

٦) الاستيلاء

١- أأنت طموح جداً ؟ (لك رغبة عارمة فى زيادة ثروتك ، أو تحسيين مركزك، أو إغناء معلوماتك ، أو مضاعفة سلطتك ، إلخ)؟ (٩)

* أم أن طمعك فى هذا كله معتدل وأنك ترى فى هذا كله أنه لا يستحق أن ترهق نفسك فى ملاحقته ؟ (١)

٢- هل يحلو لك أن تغير كتبك او أوراقك أو أرائك ؟ (١)

* أم انك لا تحب أن تغير أشياؤك ؟ (٩)

٣- هل تشعر بقيمة الزمن ؟ هل تقوم بعملك بسرعة ؟ لتنتقل منه بسرعة إلى عمل أخر؟ (٩)

* أم أنك قليل الإحساس بما للزمن من قيمة خالصة ، وأنك لا تقيم وزن لفكرة السرعة وفكرة المردود (تحقيق أكبر مقدار من العمل فى أقل فترة من الزمن)؟ (١)

٤- هل أنت غيور فى عواطفك ، وفى صداقاتك ؟(٩)

* أم أنك قليل الغيرة ؟ (١)

٥- أأنت عنيف فى إثبات حقوقك ، وفى المطالبة بما يجب لك؟ (٩)

* أم أنك تكره المطالبة ، وتترك بسهولة ما كان يمكنك أن تطالب به؟ (١)

٦- هل يعنيك ما تحققه من نجاح (ما تحصل عليه من نصر في الرياضة ، أو المجتمع ، إلخ) ، أتتابع تحسين هذا النجاح ، سواء بالقياس إلى ما يحققه الآخرون ؟ (٩)

* أم أنك تجد أن هذا الاهتمام غريب عنك ؟ (١)

٧- أتحب أن تكون الأول في كل أمر ؟ أتحب أن تتقدم الأخرين؟ (٩)

* أم أنك محمول على الانحناء أمام الآخرين؟ (٥)

* أم أنك لا تبالي بالأسبقية إطلاقا ؟ (١)

٨- أأنت بطبيعتك شكاك رياب، قليل الثقة بالناس ؟(٩)

* أم أنت بطبيعتك تثق بالناس ؟ (١)

٩- أتعنيك قيمة الأشياء ؟ أتظل تتذكر خلال مدة طويلة أثمان الأشياء التي اشتريها ؟ (٩)

- أم أن القيمة المادية لا تعنيك إلا قليلا ، فسرعان ما تنسى سعر الشراء؟ (١)

١٠- أتريد أن تستفيد من جميع الفرص التي تعرض ، حتى لو لم تكن لك رغبة خاصة فيما تقدمه لك ، وإنما لمجرد الاستفادة من الفرصة ؟ (٩)

* أم إنك تدع الفرص التي لم يكن يعنيك أمرها في السابق تمر؟ (١)

٧) الاهتمامات الحسية

١- أتنتبه كثيرا للاحساسات ، أتعنيك كثيراً الأشكال ، والألوان، والأصوات ، في ذاتها ؟ (٩)

* أم أن الأشكال الحسية ليست بالنسبة لك إلا معلومات عن طبيعة الأشياء ، مثلا يعنيك معنى الكلام الذي تسمعه دون الاهتمام بجرس الأصوات ، وتعنيك فائدة الشئ أكثر من لونه ، إلخ ؟ (١)

٢- أتولى ما تأكل كثيرا من الاهتمام؟ أتأكل ببطء متلذذا بالمذاق؟ (١)

* أأنت ذواق في الطعام؟ (٩)

* أم أنك تأكل دون أن تولى المذاق كبير اهتمامك ، إنما تأكل من أجل أن تتغذى؟ (١)

٣- أتهتم بتحضير أطباق الطعام ، هل تعنيك وصفات الطهى ؟ (٩)

* أم أنك لا تبالي بهذه الأمور؟ وكنت لا ترى في الوصفات إلا وسائل لإرضاء الأخرين أو للنجاح في تحضير الطعام بسرعة وضمان ؟ (١)

٤- أتعنى كثيرا بالاحساسات اللمسة؟ أيولد ملمس الحديد أو الفراء أو المخمل انفعالات قوية سواء أكانت هذه الانفعالات لذيذة أو مؤلمة ؟ (٩)

* أم أنك لا تولى هذا النوع من الاحساسات كبير اهتمامك ؟ (١)

٥- هل تحب أن تنظر إلى نفسك في المرأة لتدرس تعبيراتك ، أتراقب إشاراتك ونبرة صوتك ؟ (٩)

* أم أن هذا لا يهمك إلا قليلاً ؟ (١)

٦- أتحب الترف لذاته (أى بغض النظر عما يحققه من إرضاء لحب الظهور)؟ (٩)

* أم أن الترف لا يعنيك ؟ (١)

٧- أتحب أن تداعب بيدك الأطفال الصغار أو الحيوانات ؟ (٩)

* أم أن ذلك لا يعنيك في ذاته (أى بغض النظر عن العواطف الرقيقة التي يمكن أن تشعر بها نحو الأطفال أو نحو صغار الحيوانات)؟ (١)

٨- هل لك حاجة جمالية (فنية) عميقة ؟ هل قيمة لفن في رأيك لا تقل عن قيمة الأخلاق ؟ (٩)

* أم أن الفن فى حياتك لا يحتل إلا مكانة ثانوية ، وأنك لا تعد الفن إلا وسيلة ممتعة للتسلية ؟ (١)

٩- أيهمك كثيراً المكان الذى تعيش فيه (المفروشات ، والأثاث والزينة) ؟ مثلا أيصعب عليك ان تعيش فى غرفة تعدها بشعة ؟

(٩)

* أم أن ذلك في رأيك أقل قيمة من أن يكون المكان عمليا مريحا صحيا ممتع ، إلخ (١)

١٠- أتلاحظ ملابس أصدقائك : لونها ، شكلها ، قماشها ، إلخ؟

(٩)

* أم أنك لا تنتبه إلى ذلك كثيرا ؟ (١)

٨) المودة

١- هل يرق قلبك كثيراً لمصير الأخرين ؟ (٩)

*أم أنك تبقى هادئا ، حتى حين تحاول أن تساعدهم عمليا ؟

(١)

٢- أتعد عواطف الأخرين أهم من الأفعال التى يقومون بها ؟

(٩)

* أم أنك تبقى هادئا ، حتى حين تحاول ان تساعدهم عمليا ؟

(١)

٣- هل تحب الحيوانات ككائنات ذات شخصية ويهمك ما يعتمل فى شعورها ؟ (٩)

* أم أنك . خلافا لذلك ، ترى أن المهم حقا هو الأعمال أو النتائج ؟ (١)

٤- هل تهتم بالأخرين من ناحية ما ترغب أنـت بتحقيقـه؟ أتعدهم أدوات يمكن استعمالها ، أو عقبات فى طريقك يجب إزالتها ؟ (١)

* أم أنك . خلافا لذلك ، تتقمص نظـراتهم ، ناسـيا نظراتـك وتشعر بما يشعرون به من التعاطف ، وتحاول أن تخدمهم اكثر ممـا تحاول أن يخدموك؟ (٩)

٥- هل تتعلق بمعاونيك وخدمك ، ورفاقك فى العمل ، وتستمر على علاقاتك بهم ، حتى حين تصبح هذه العلاقات مضـرة بـك (لا تطرد خادماً مهملاً ولا موظفا رديئاً)؟ (٩)

* أم أنك لا تتردد عن الإقدام على هـذه الانفصـالات المفيـدة (تستبدل بمعاونك معاونا أخر ، وتستبدل بعلاقاتك علاقات أخرى)؟ (١)

٦- أتحب الأطفـال كثيـراً ؟ أتسرك صحبتهم ؟ أيحلوا لـك أن تشاركهم ألعابهم ؟ (٩)

* أم أن الأطفال يثيرون حنقك ؟ (١)

* أم أنك لا تحفل بهم ؟ أم انـك تحـبهم (نظريـا) إن صـح التعبير، أى تحبهم (من بعيد) ؟ (٥)

٧- هل تؤثر أن تحب على أن تطاع ؟ (٩)

* أم ترى أن هناك أمورا أهم كثيراً من الحب ، وأن تحقيق هذه الأمور يقتضى أن يوضع الحب فى المنزلة الثانية ؟ (١)

٨- حين تشعر بعاطفة نحو أحد الناس ، أتشعر أنـك محمـول على التعبير له عن عاطفتك بكلمات رقيقة أو حتى التفاتات رقيقة ؟ (٩)

* أم تقوم بأعمـال تحقق له مساعدة موضوعية (خدمـات، معلـومات ، عـون، إلخ)؟ (١)

٩- هل تشعر بحاجة إلى رؤية أصدقائك كثيراً ؟ (٩)

* أم أنــك تظــل أحيانــا لا تــراهم لمــدة طويلــة دون أن يضعف ذلك صداقتك لهم ؟ (١)

١٠-هل سيصعب عليك أن تعمل فى جو غير صديق ، أو فــى جو عدائى ؟ (٩)

*أم ان هذا يؤثر فيك تأثيرا كبيرا ؟ (١)

٩) الهوى العقلى

١- هل يمكن أن تسعى إلى حل مسائل ليس لهــا أى تطبيــق عملى ؟ (٩)

* أم أنك لا تعنى إلا بالنتــائج الــوضعيــة وتنصرف عن كل ما لا يؤدى إلى شــئ؟ (١)

٢- هل تفضل التسليات العقلية (دراسات ، مناقشات فكرية ، ألعاب تفكير كالشطرنج ، إلخ) ؟ (٩)

* أم تؤثر تسليات من نوع أخر : تسليات جسمية (رياضــة ، رحلات) أو تسليات اجتماعية (زيارات ، إلخ) ؟ (١)

٣- هل تعتقد أن هناك أسرار يجب احترامها وأن على العقل فى بعض الميادين أن يخلى مكانه وأن يعدل عن متابعة البحث ؟(١)

* أم أنك ترى إن احترام الأسرار هذا هو خيانة عقلية ، ونوع من الخطيئة ضد الفكر ؟ (٩)

٤- أتؤثر بعنايتك الوقائع العينية ؟ (١)

* أم الأفكار والنظريات ؟ (٩)

٥- أتؤثر من بين الروايات تلك التى "يحدث" فيها شئ ، والتى تقص جميع الأحداث تفصيلاً ؟ (١)

* أم تؤثر تلك تتيح لك أن تدرك حركة الأجهزة النفسية ، أو أن تدرك قيمة وفكرة فلسفية ، أو فكره أخلاقية ، أو فكره اجتماعيه ، إلخ؟ (٩)

٦- هل تبدو لك الحياة الاجتماعية أمرا مهما جدا ، أتـرى أن على الإنسان أن ينخرط فيها ؟ (١)

* أم أنك قليل الثقة بما هو هو اجتماعى ، ميال إلى " التحـرر" منه ، التفكر بحرية تامـة ، بعيـداً عن التقاليد ، ولكن دون الخضوع أيضا لمغريات العصر والبيئة ؟ (٩)

٧- هل تشعر أمام المسائل المعقدة بالمذلة ، أو تشـعر أحيانـا بالزهو أمام تقدم العلم أو حتى أمام اكتشافاتك (أنت) الشخصية ؟

(١)

* أم أن هذه المشاعر (الشعور بالمذلة أو الزهو) تبدو لك فى غير محلها . لأن الأمر أمر فهم فحسب ؟ (٩)

٨- هل تحب البسطاء ، والأشعار التى يسهل فمها ، والقصص التى لا تعقيد فيها؟ (١)

* أم أنك سرعان ما تمل الأشياء المسرفة فى البساطة ، وتؤثر عليها الأثار والأشخاص الذين يتيحون للعقل فرصة العمل العنيف ؟

(٩)

٩- أتشعر بحاجة إلى تحليل عواطف أصدقائك ، وإلى محاولة فهم الآثار الفنية التى تعجب بها ؟ (٩)

* أم يكفيك أن تستسلم للذة التى يولدها وجود أصدقائك معـك، واللذة التى يولدها تأملك لتلك الآثار الفنية ؟ (١)

١٠- إذا وجدت نفسك أمام جهاز أو آلة لا تعرفهما أيكون كل ما يعنيك قبل اى شئ أن تعرف التطبيقات التى يمكن أن تكون لهما ؟

(١)

* أم يعنيك قبل كل شئ براعتهما ؟ (٥)

* أم تعنيك المبادئ التى طبقت فى اختراعهما ؟ (٩)

*** ***

المصادر

* جسمك يكشف عن شخصيتك : عـــاطف عمـــارة ، مكتبـــة رجب، مصر ، ١٩٩٩ (الموسوعة النفسية المبسطة) .
* الذكاء وقوة الإرادة : عاطف عمارة ، هلا بـــوك شـــوب ، مصر ، ١٩٩٦ ، (المكتبة السيكولوجية).
* الطريق إلى النجاح : عاطف عمارة ، هلا بـــوك شـــوب ، مصر ، ١٩٩٦ ، (المكتبة السيكولوجية).
* عقلك مصدر الصحة والمـــرض : ك . س . وختـــل ، ت : على سامى الجمال، دار الفكر العربى ، ١٩٦٢ .
* علم الطباع : د. سامى الدروبى ، دار المعارف ، مصر.
* المرضى النفسى طريق إلى السعادة : لوييس بسن، ت:محمد عبد المنعم الزيادى ، الشركة العربيـــة للطباعـــة والنشـــر ، ١٩٥٧ .
* عـــــلم النفس فى خدمتكم : وليم ســـرجيوس ، (١٩٦٤) ، (د . ن) .
* طريقة الشخصية الجذابة : جيمس بندر ، ـــ : محمـــد عبـــد المنعم الزيادى.
* الشخصية العبقرية : عطف عمارة ، هـــلا بـــوك شـــوب ، مصر، ١٩٩٦ ، (المكتبة السيكولوجية) .
* اختبر شخصيتك : دجين ديفرسون ، ت: ســـمير شـــيخانى ، دار الآفاق الجديدة، بيرت ، ط/٢ ، ١٩٨٦.
* مختارات من علم النفس : أرنست هلجارد ، ت : عبد الرحيم عجاج ، الألف كتاب الأولى (١٥٤) .
* التوجيه والإرشاد النفسى : د/ حامد عبد الســـلام زهـــران ، عالم الكتب، القاهرة ، ١٩٧٧.

* الاختبارات والمقاييس العقلية : محمد خليفة بركات ، مكتبة مصر ، ١٩٥٧.
* الاختبارات الإسقاطية : سيد محمد غنيم وهدى عبد الحميد برادة ، دار النهضة العربية ، ١٩٦٤.
* القدرات العقلية لدى الأطفال : ثيلما ثيرستون ، كاترين بيرن ، ت: عبد الفتاح المنياوى ، دار النهضة المصرية .
الذكاء وتنميته لدى أطفالنا : د. إسماعيل عبد الكافى ، مكتبة الدار العربية .
* أمل الشرق الأول ١٩٨٤ " شعر " ، " نقد " .
* إعداد قصصى لمسرح شكسبير ١٩٨٥ المركز العربى للنشر.
* رواد وروائع الفكر العالمى ١٩٨٦" مقالات " ، " نفذ " .
* فى تحديث الثقافة العربية ١٩٨٧دار الثقافة للنشر .
* آل رو تشيلد ١٩٩٠ المركز العربى للنشر .
* القوى الخفية ١٩٩١ المركز العربى للنشر .
* رحلة مع الله : الصوفية والتصوف ١٩٩٤ دار قايتباى للنشر.
* أشهر الزعماء فى التاريخ ١٩٩٤ المركز العربى للنشر .
* أشهر الملكات فى التاريخ ١٩٩٥ المركز العربى للنشر .
* أشهر العباقرة ١٩٩٥ المركز العربى للنشر .
* الشخصية المثالية ١٩٩٦ هلا بوك شوب .
* الشخصية المغترية ١٩٩٦ هلا بوك شوب .
* الشخصية العبقرية ١٩٩٦ هلا بوك شوب.
* الشخصية القيادية ١٩٩٦ هلا بوك شوب.
* الطريق إلى النجاح ١٩٩٦ هلا بوك شوب.
* الذكاء وقوة الإرادة ١٩٩٦ هلا بوك شوب .

* الشذوذ النفسى ١٩٩٦ هلا بوك شوب.
* عبقريات مصرية (١٥ جزئا) ١٩٩٨ الناشر العربى .
* أغنيات الحب والثورة (شعر) ١٩٩٨وكالة تافكس .
* شجر الكلام (شعر) ١٩٩٨ وكالة تالفكس .
* الأفعى اليهودية ١٩٩٨ مكتبة الثقافة .
* أعظم الكتب (١٥ جزءا) ١٩٩٩ الناشر العربى .
* أعرف نفسك ١٩٩٩ مكتبة رجب .
* الصحة النفسية ١٩٩٩ مكتبة رجب .
* الخوف والقلق والتوتر النفسى ١٩٩٩ مكتبة رجب .
* عالم الروح والأحلام ١٩٩٩ مكتبة رجب .

* * *

الفهرس

الموضـــــــوع	صفحة
* مقدمة	٥
* اختبارات الشخصية :	٩
– مميزات الاختبارات والمقاييس .	١٠
– عيوب الاختبارات والمقاييس .	١١
– أنواع الاختبارات .	١١
– اختبارات الذكاء .	١٦
* اختبر شخصيتك :	٢٥
– اختبار : " تصور الذات " .	٢٥
– اختبار : " الصحة النفسية ".	٣٥
– اختبار :" القدرة على التواصل مع الأخرين "	٤١
– اختبار : "القيم والميول والاتجاهات".	٤٣
– اختبار : " الطبع ".	٤٥
– اختبار : " الثقة بالنفس ".	٤٧
– اختبار : " القوة النفسية "	٤٩
– اختبار : " الشخصية " .	٥١
– مقياس : " تقدير الشخصية " .	٥٤
– مقياس : " السمات الشخصية ".	٥٥
– اختبار : " ذكاء " [١]	٥٧
– اختبار : " قوة الملاحظة والبديهة".	٦٠

تابع الفهرس

صفحة	الموضــــــــوع
٦٢	– اختبار : " القدرة على حل المشكلات".
٦٤	– اختبار : " للنجاح الزوجى ".
٦٧	– اختبار : " النضج العاطفى ".
٦٩	– اختبار : " الصحة الروحية ".
٧٢	– اختبار : "الميول المهنية ".
٧٥	– اختبار : " ذكاء " [٢].
٨١	– اختبار : " رد الفعل المباشر " .
٨٨	– اختبار : " التعرف على المشكلات " .
٩٧	– اختبار : " جاستون برجبيه " .
١١٣	* المصادر



هذا الكتاب

الإنسان هي ذلك البناء الفريد الذي تتمحور حوله الدراسات النفسية والاجتماعية.

ومنذ قديم الزمن شغلت هذه الدراسات أذهان الناس عموما ، والعلماء خصوصا ، ومع ذلك ظل الإنسان نفسه هو اللغز المحير الذي طالما شغل الأذهان من أجل كشف طلاسمه .

وهذا الكتاب هو مجموعة اختبارات حول نفسك مثل اختبار الذكاء واختبار قدراتك واستعداداتك واختبار ميولك واختبار فهمك واختبار صحتك النفسية واختبار طباعك واختبار قوة ملاحظتك وبديهتك واختبار نجاحك الزواجي واختبار قيمك التي تعامل بها الناس واختبار نضجك العاطفي واختبار ميولك المهنية واختبار رد الفعل المباشر لديك واختبار القدرة على فهم المشاكل وحلها واختبار قدرتك على النجاح .

انه عبارة عن ٢١ اختبار حول ذاتك وحوالي خمسة استجوابات مصممة كلها لكي تعرف نفسك جيدا ، وتعرف موقعك في هذا العالم ، ولكي تتمكن من خلال هذه الاختبارات من تعديل وضعك وتنمية قدراتك وإمكانياتك الجيدة ، وتجنب سلبياتك وتحويلها إلى ايجابيات .

أنه كتاب مهم يجب أن تقرأه بتأني .

